IL TESORO DELLA SANITA'

DI CASTOR DVRANTE DA GVALDO,

Medico, & Cittadino Romano.

NEL QVAL S'INSEGNA IL MODO di conseruar la sanità, & prolongar la vita,

ET SI TRATTA DELLA NATVRA de' cibi, & de' remedij de' nocumenti loro.

Con vna Tauola copiosa delle cose notabili.

IN TORINO, MDCXII.

orsola pagna

AL SERENISSIMO
CARLO EMANVEL
DVCA DI SAVOIA,
Prencipe di Piemònte, &c.

TRA' le cose, che alla vita humana appartengono, niuna è più desiderabile, che la sanità: perche con questa tu godi con gusto

sto ogni altro bene, e sopporti facilmente il male, e i sinistri incontri: senza questa, il bene non ti gioua, ne ti diletta; e'l mal ti par noieuole, e doloroso, più di quel, ch'egli è. Hor, se mai fù tempo di attendere à star sano, si è il presente, nel quale e le constellationi, e gli Ecclissi del Sole, e della Luna, e l'anno bisesto, e le pioggie souerchie, e l'instabilità della stagione, e l'incertezza de i raccolti poco contentamento ci promettono. Per la qual cagione vengono più del solito

ri-

ricercati i rimedij da mantenersi sano, e in particolare i libri, che di ciò trattano. Ilche hà mosso me à risoluermi di far ristampare il Tesoro della sanità di Castor Durante: Libro à cui l'esperienza di non pochi anni hà non picciolo credito acquistato. E se bene V. A. Serenissima haue attorno Medici eminenti, quanto altro Prencipe, che sia al mondo: nondimeno non credo, che questa Opera, che il giuditio vniuersale hà notabilissimamente approuato, e personaggi lette-

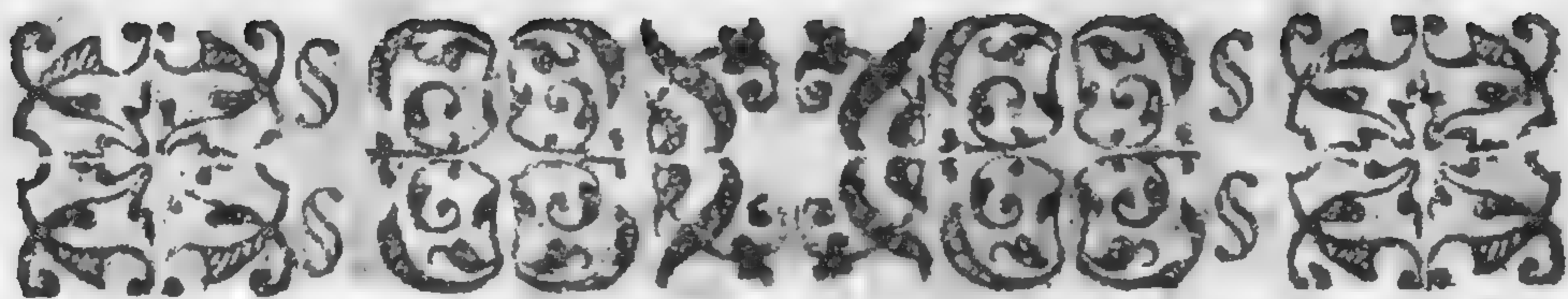
ratissimi altamente commendato, sia per recarle altro, che piacere, e diletto, e trattenimento. Onde io con la solita sommissione verso la sua Serenissima Altezza, e confidenza verso la sua benignità incomparabile, glie le offero, e dedico, e consacro, e la supplico à restar seruita di magnificar la picciolezza dell'offerta con la sua marauigliosa humanità, e di inalzarla con la gentilezza, che venne con lei al mondo. E quì pregando il Signore DIO per la piena contentezza di V.

Alt.

Alt. Serenissima, le m'inchino profondissimamente. Di casa li 3. Luglio 1612.

Di V. A. Ser.ma

Humiliss. & deuotiss. seruitore

Gio. Domenico Tarino.

SANCTISSIMO,

AC BEATISSIMO

PATRI SIXTO V.

P. O. M.

Castor Durantes.

Hoc tibi viuendi præscripta est forma libello
SANCTE PATER, possis quò superesse diu:
Per lege viuacis sumes documenta Senectæ,
Hac poteris veteres exuere Arte dies:
Hoc pia Roma rogat Pastori, hoc spondet Olympus,
Si tibi non curas viuere, viue Gregi.

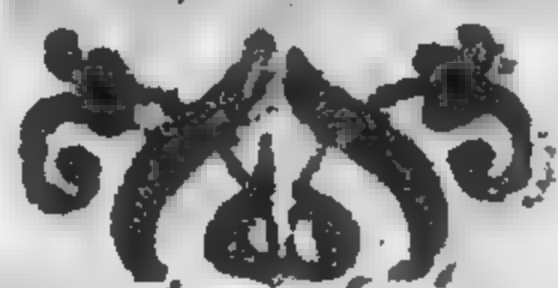
Viuat, & Excubitor pellat genus omne luporum
Hic Leo, vt illæsum seruet ouile DEI.

Sum.

Sunt alti Montes, altus Leo, Sydus, & altum,
Corde tamen SIXTI Mons, Leo, stella minor.

Sicarios SIXTVS Cœlo auspice perdidit, inde.
Vbertas Campis reddita, Paxque Gregi.

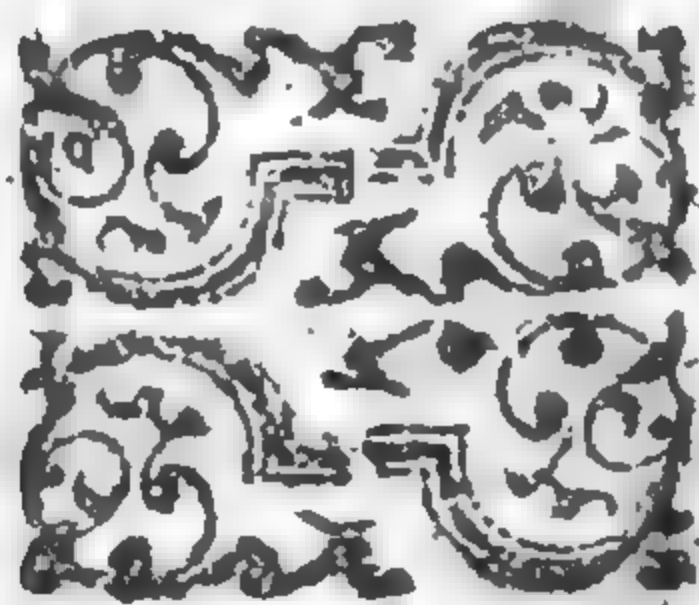
PROE-

PROEMIO.

LA Sanità, & la vita lunga non solo si promette à noi dal Cielo nel principio del nascer nostro, mà la nostra diligenza ancora ce la procura; & nessuna cosa è à gli huomini più vtile à questo proposito quãto è, che ciascun sappia quali Regole nel vitto seruar si debbano. La Sanità dunque altro non è, che vn naturale affetto, per il quale si fanno le nostre attioni, ouero è la cagione delle operation nostre. Fù da Dio benedetto, per conseruatione della Sanità,

nità, data la medicina, la quale in due parti diuidesi: La prima conserua la Sanità presente: Et l'altra la perduta ricupera. Quì si farà solamente mentione di quella parte della Medicina, che ci conserua sani, & ci fà viuere lungo tempo. Dall'altra parte habbiamo trattato à pieno nella nostra Prattica Medicinale, nella quale si fà mẽtione di tutte l'infirmità del corpo humano, dalla cima della testa, fin'alle piante de' piedi, & in versi, & discorsi latini si tratterà distintamente dell'essentia (per essempio) della Podagra, delle sue differenze, della parte offesa, de i segni, delle cause, del pronostico, della curatione co'l vitto, cõ li siroppi, con le medicine, con le diuersioni, co i medicamenti, che mitigano il dolore, corroborano le parti offese, & finalmente risoluono le reliquie del male. Poi si annotaranno tutti i medicamenti semplici, & composti, & si

sco-

ſcopriranno molti ſecreti empirici pertinenti à quel male. Hora perche queſta prima parte è fondata in quelle coſe, che poſſono alterare i corpi noſtri, ò in bene, ò in male, come ſono l'aere, il moto, & la quiete, la repletione, & inanitione, & gli accidenti dell'animo il cibo, & il bere; Cominciaremo dall'aere, poi che egli frà tutte le coſe non naturali tiene il primo luogo.

LE-

LECTORI CANDIDO.

Iacobus Antonius Cortusius.

Maximus in minimo Thesauro conditur aureæ
Thesaurus vitæ, nascitur vnde Salus.
Tu tibi, si qua tuæ est Lector bone cura salutis,
Accipe, detexit quas tibi Castor, opes.

TA.

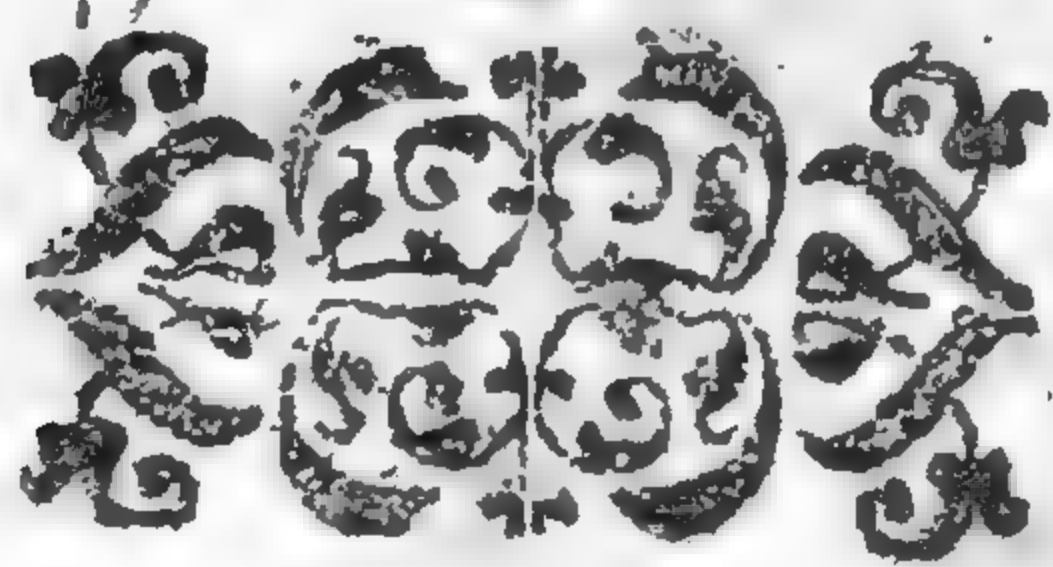



TAVOLA DELLE COSE PIV NOTABILI.

A

Agnello.

B

C

Ca-

For-

G

M

Ne-

N

O

Qua-

Q

R

Sale

S

Star-

T

Trot-

V

Il fine della Tauola.

IL TESORO DI SANITA' DI CASTOR DVRANTE.

SOMMARIO.

Si cupis incolumen vitam producere, Cœlum
Effuge corruptum nebulis nidore, lacunis,
Quodq; mouet malidus morbosis Africus auris
Purum ama, & ad solem nascentem, & lumine apricum,
Purgatumq; Euro, & Boreali frigore tersum.

DELL'AERE. CAP. I.

Aere, & suoi effetti.

L'Aere è sopra tutte le cose necessario alla cõseruatione della sanità, & alla longhezza della vita; imperciochè viuono gl'Animali con bisogno d'vn cõ-

tinuo refrigerio del cuore, il quale ſi conſeguiſce con l'aſſidua inſpiratione dell'Aere, & per queſto vogliamo, ò non vogliamo, è à tutti i viuenti l'Aere neceſſario, che ſenza eſſo non ſi può conſeruare la ſanità, ne meno racquiſtare; che tutte l'altre coſe ſi poſſono ſchiuare, eccetto l'Aere, che ne circonda, e muta i corpi noſtri più che alcun'altra coſa: perche dimoriamo continuamente in eſſo, & ſenza reſpirarlo neſſuno può viuere; & ſi come la reſpiratione ſi ſepara dalla vita, coſi ne anche la vita dalla reſpiratione. Et per queſto meritamente ſi dice, che l'Aere è più nociuo del mangiare, & del bere: perche velocemente ſe ne vola al polmone, & al cuore; & ſenza cibi poſſiamo qualche poco viuere, mà ſenza l'aere niẽte. Hauendo donque egli tanta poſſanza à conſeruare la ſanità, ſi deue fare l'elettione di buono Aere, ſereno,

La neceſſità dell'aere.

Riſpiratione.

Vita.

no, chiaro, volto ad Oriente, non corrotto da nebbie, nè da vapori di laghi, ſtagni, paludi, cauerne, fanghi, & poluere: Che per l'Aere poluero-ſo appreſſo i Garamanti gl'huomini appena poſſono arriuare à quaranta anni. Et doue è l'aere cattiuo, è ne-ceſſario, che l'acque non ſian buone, le quali aiutano poi l'Aere à corrom pere i corpi noſtri inſieme con i cibi, i quali nell'Aere groſſo deuono eſſer ſottili, come nel ſottile groſſi. Quel-l'Aere adunque è conſeruatiuo della ſanità, che fà i giorni lieti, & ſereni, puro, & temperato: Sì come il groſ-ſo, il denſo, il turbido, & l'infetto la diſtruggono. L'aere cattiuo è il fri-gido, & Boreale, & l'Auſtrale ancora & parimente il noturno, maſſime ſotto i raggi della Luna, & allo ſco-perto, & coſi anco il ventoſo, il tur-bido, il groſſo, infetto da cattiui va-pori, & dalla putredine de gli ani-

Aere buo no.

Aere cat tiuo.

mali, & dell'altre cose, pche tal'aere graua la testa, & offende gli spiriti animali, & con la sua troppo humidità rilassa le gionture, e le fa paratissime à riceuere ogni sorte di superfluità, come fa anche l'aere, che da fumo ò poluere è infetto, dal quale bisogna guardarsi, perche entrato nel corpo, opilando i meati, prohibisce, il transito de gli spiriti animali. Eleggasi dunque l'aere temperato, che è quello, che è chiaro, lucido, & puro, che egli non solamente fa la sanità, ma la conserua ancora, chiarificãdo tutti li spiriti, & il sangue rallegra il cuore, e la mente, corrobora tutte l'attioni, sollecita la digestione in tutti i membri, conserua il temperamento, prolunga la vita, ritardando la vecchiezza. Et all'incontro l'aere tenebroso, e grosso, offusca il cuore, conturba la mente, aggraua il corpo, ritarda la cõcottione, & accelera

Aere tẽperato e suoi effetti.

Aere distẽperata.

lera la vecchiezza. Conoscesi l'aere temperato, se subito tramontato il Sole si rinfresca, & nascendo il Sole subito si riscalda, & conferisce quest'aere ad ogn'età, ad ogni complessione, ad ogni sesso, & ad ogni tempo. E cattiuo ancora non solo l'aere agitato da venti, ma quello ancora che stà sempre quieto. Quando poi l'aere eccede in qualche qualità, si deue corregere co'l suo contrario, & se non s'hauerà naturalmẽte, artificialmente preparisi: Onde se sarà troppo caldo, & di state, si asperga la casa di acqua fresca, & aceto, perche l'aceto con la sua frigidità, & siccità, correge i cattiui vapori dell'aere, & prohibisce la putredine, & per la casa si aspergano fiori, rami, & herbe odorifere, c'habbiano facoltà humida, come sono le viole, le rose, cime di roui, & di vite, foglie di canne, di lattuga, di salcio, di quercia.

Aere temperato.

Aere come si corregge.

Turba. cia, e di pruni, fior di nenufari, & rami di lentiſco, & altre frigide piante: ſi deue ancora prohibire che poche pſone entrino nelle ſtanze, per che la turba de gli huomini le riſcaldano ſia ornata oltre à ciò la ſtãza de pomi odoriferi, come ſono mele, pere, cotogni, cedri, & limoni. Mà ſe l'aere ſarà troppo frigido, ſi fugga il vento, maſſime il Boreale, & non ſi eſca di caſa auanti al leuar del Sole, & ſi ſpargan per la ſtanza herbe calide, come menta, polegio, ſaluia, hiſſopo, lauro, roſmarino, & maiorana, ouero

Profumi. ſi faccia la decottion di queſte herbe con garofani, cinnamomo, maci, & ſimili, & ſi ſparga per la ſtanza, & facciãſi profumi ancora di coſe aromatiche, come incenſo, maſtice, cinnamomo, laudano, noce moſcata, ſcorze di cedro, mirra, ambra, legno aloe, moſco, & ſtorace, mettendo queſte coſe ſopra carboni acceſi,

ouero

ouero si faccia mistura delle cose cõ storace liquida, ponendone vn poco sopra carboni. Aprono questi odori con le facoltà loro gli orificij chiusi, assottigliano i grossi humori, & conferiscono à frigidi, & humidi affetti del corpo. Si può fare ancor questo prof mo: Si prenda di tutti i sandali egualmente meza oncia, di rose drãme sei, d'ambra dramma vna, di mosco mezzo scropolo, di been bianco, & rosso ana duo scropoli, di fiori di neufari dramme tre, di laudano drãma vna, di mastice, d'incenso, ana dramme due, pestinsi grossamente, & mettansi sopra carboni. Oltre à ciò per correggere la mala qualità dell'Aria, & per assottigliare, & dissoluere i grossi, & viscosi humori del corpo, sia sẽpre acceso nella stanza fuoco di legne odorifere, come sono lauro, rosmarino, cipresso, ginebro, quercia, pino, abete, larice, terebinto è

Profumo.

Foco corrége l'aere.

Pomo odorifero.

tamarice. Oltre à ciò odorisi notte, e giorno questo pomo: Prendasi di zefferano drāma vna, e meza, di ambra orientale scropolo mezo, di mosco dramma meza, di storace, calamita, & di lauro ana scropolo vno, si dissoluano con maluagia, si facci vn pomo. Sempre è da tenere memoria, che l'Aere notturno massime in Roma, e inimico alla sanità, & l'Aria delle vigne è parimente poco sana, eccetto quando soffia Aquilone, & Fauonio. L'Aere di Roma nei monti è più freddo, & più secco: nelle valli è più caldo, & più humido, è più graue, più denso, più grosso, & più nociuo. Delle staggioni quelle sono ottime, che seruando la propria temperatura loro sono vguali, ò fredde, ò calde, ch'elle si siano, ma quelle che variano, son pessime. Nō è da lasciar di dire, che la state quando soffian venti Australi, son più sani i luoghi

Aere notturno.

Aria delle vigne.

Aere di Roma.

Stagioni.

esposti

espoſti à Settentrione, come l'inuerno tirando Tramontana, quei che ſon volti à mezo giorno. Volendoſi ſapere che qualità ſia dell'Aere, mettaſi la notte al ſereno, vna ſpogna bene aſciutta, e ſe la mattina ſi troua ſecca, l'Aere è ſecco; ſe molle l'Aere è humido. Se parimente vi ſi metterà vn pan freſco, & ſi muffa, ſarà l'Aer corrotto; ſe ſecco, ò humido il pane ſi mãtenerà nel eſſer ſuo. Correggeſi ancora la malignità dell'Aere co'l buon fiato, tenẽdo in bocca la teriaca, il mitridato, e la cõfettion alchermes, ſtropicciãdo cõ queſti antidoti i denti: Alche vagliano ancora la zedoaria, e l'angelica maſticata, & queſto dentifritio, prendendo di roſmarino dramme vna di mirra, maſtice, bolarmeno, ſangue di drago, alume aduſto ana dramma meza, cinnamomo dramma vna, e meza, aceto roſato, acqua di lentiſco ana oncie due,

L'Aer come ſi conoſce buono ò cattiuo.

Aere come ſi correga.

Dentifritio.

acqua

acqua pionana lib. meza, mele oncie tre, cuocasi à fuoco lẽto fin che sian beneschiumati, poi si aggiunge de belzoino scrop. vno, & come vnguẽto si serbi in vasi di vetro; di questo la mattina auanti al cibo se ne tenga vn poco in bocca, & si stropiccia per le gengiue, lequali si lauino, e nettino poi con l'acqua stillata à bagno caldo di sal bianco, & alume di rocca ana onze tre, e vi si aggiunga acqua di lentisco, & si lauino i denti. Queste cose purgano la bocca, fan buon fiato, fermano i denti smossi, incarnano le gengiue, emendando la carne putrida, & fanno i denti biãchi. Bisogna oltre à ciò, che habbiamo le notitie de' luoghi, per sapere quali sian buoni, e quali cattiui p habitare. La casa dunq; doue s'hà da habitare, nõ sia sotterranea, nè humida ne vicina alla terra, ma nell'appartamẽto di mezo, & che sia nel più alto luo-

Acqua da denti.

Habitatione.

luogo della Città, & che ſia lucida, che habbia il vẽto la ſtate, & l'inuerno il Sole, & che habbia le fineſtre che ſi riſpõdin da tutte le bãde, cioè da Leuante à Ponẽte, & da Tramontana à mezo giorno, accioche neſſuno Aere vi faccia lungo tempo dimora, ch'altrimente vi ſi corromperebbe, & ſi putrefarebbe, ne biſogna frequentar molto le ſtanze da baſſo, ma le più alte, che coſi ſi viene à reſpirare l'Aere più ſottile, & più puro. Adunque habitare in luogo alto, e aperto della caſa ripara che l'humido radicale non ſi conſumi, & ritarda la vecchiezza; Ma habitare luochi vicini à terra, o ſotterranei, & oſcuri, non è bene, perche la vita ſi mãtiene à Cielo aperto, & al lume; & all'ombra l'huomo amuffaſi, & conſumaſi. Biſogna ancora auertire che gl'animali, l'herbe, i frutti, le biade, & i vini ſi eleggano quelli che ſon

Vecchiezza.
Vita.

nati in luoghi alti, & odorati, & depurati da i venti, & temperati dal Sole, & doue non vi siano stagni, ne stabij, & doue le cose che vi nascono, si cõseruano lungo tempo incorrotte, & quiui solamente è d'habitare. E vtile parimente soggiornar tal hora in villa, percioche si come la villa prouede gl'alimenti alla Città, & la Città li consuma; così la vita humana co'l frequentar la villa si prolunga, mà con l'otio, & co'l negotio della Città s'accorta. Gioua ancora tal'hora mutare Aere, ma la mutatione nõ bisogna farla repentinamente. Et perche alla rettification dell'Aere conferiscono le vesti, diffendendo il corpo da quello, à questo si elegghino le vesti che inclinino al caldo. & al secco, e l'inuerno sian le vesti di pelle d'agnello, di volpe, e di martore, e le calze si faccino di pelle di lepore che conferiscono molto alle in-

Villa.

fermità

fermità delle giõture, ouero di volpe, che confortano tutti i mẽbri. Fannosi ancora le vesti di lana, di bãbagia, di seta, & quelle che si fanno di lino sono manco calide. Coprasi dunque bene il corpo la notte, & il giorno, massime la testa, che è domicilio dell'anima rationale, & dalla quale delle infirmità gran parte dipende. Perilche s'hà d'auertire, che la testa non patisca caldo, nè fredo, & molti vogliono, che la notte si radopino i pãni alla testa, perioche la notte per il sonno il calor naturale fugge alle parti iterne, e le parti esterne son priuate del lor calore, onde facilmente dal freddo esterno restano offese: & similmente mentre si veglia, si mandano alla testa molto calore, & molti spiriti, per l'operationi delle virtù interiori, & esteriori, & per questo è più calda; mà la notte auiene in contrario. Bisogna ancora auertire di nõ

fare molta dimora al Sole, ò al foco, e di non lauarsi troppo spesso la testa, imperoche queste cose calide aprono, dilatano, & rẽdono rare le parti della testa, onde si fanno più pronte poi à riceuere le superflue humidità. Sopra le vesti s'asperga l'inuerno questa acqua: Prendesi de iride Fiorentina, zedoaria, spico nardo ana onze vna, storace, mastice, cinnamomo, noce moscata, garosani ana onze meza, bache di ginepro, dramme tre, been, ambra, mosco ana scropolo vno; Tutte queste cose si stillino con vino. La state prendi d'acqua rosa libre quattro, di aceto ottimo libra vna, rose rosse manipulo vno e mezo di tutti i sandali dramma vna, canfora dramma meza, mosco grani sette, spetie di diambra, di iride ana oncia vna, si pesti il tutto, eccetto le spetie, il mosco, & la canfora, e dissoluto ogni cosa in acqua rosa, posti in

Vesti.

Acqua odorifera.

lam-

lambicco per noue giorni, in fimo equino, ſtilliſi. S'aſperga ancora ſopra le veſti con queſta poluere, aggiuntaui acqua roſa; Prendi roſe roſſe, viole ana once vna, ſcorze di cedro, mortella, legno aloe, ſandali citrini ana oncia vna, canfora, ambra ana ſcropolo mezo, moſco, been ana grani cinque, facciaſi poluere ſottiliſſima. Si portino in mano coſe odorate, la ſtate vna ſpogna bagnata in acqua roſa, e aceto roſato, e s'odori ſpeſſo, ouero ſi porti in mano queſta palla odorata: Prendi carabe dramme due, roſe dramme vna, coralli roſſi ſcropoli quattro, fior di neufari dramme vna e mezza, bolarmeno dramma vna, ſtorace calamita dramme vna e meza, legno aloe ſcropoli duo, maſtice dramme vna, laudano dramme due, ambra, moſco ana grani duo, ſi peſtino con piſtello caldo, ſi formino le palle. L'inuerno ſi por-

Palle odorata.

ti vna

ti vna ſpogna infuſa in aceto nel qual ſian macerati garofani, & zedoaria, ouero ſi porti in mano queſto pomo d'ambra: Prendaſi, laudano oncia meza, ſtorace calamita dramme due, belzoi, maſtice ana dramma vna, garofani, noce moſcata, croco, grana di tintori, cera bianca, legno aloe ana ſcropolo vno, ambra ſcropolo mezo, moſco diſſoluto in maluagia grani cinque, con piſtello caldo ſi formi vn pomo. Biſogna oltre à ciò difendere il petto: & lo ſtomaco con pelli d'agnello, o di lepore, o cõ cuginetto di piuma, o con pezze di roſato, eſſendo che lo ſtomaco male affetto ſia la madre dell'infermità. Oltre à ciò i panni che s'vſano per lo ſtomaco, & per la teſta, habbiano odore di zafferano, di legno aloe, & di ambra, che queſte coſe dan vigore al ceruello, ma il moſco ſi laſci, per la molta ſua euaporatione. Le mani

Pomo di ambra.

Stomaco come ſi difende.

Panni.

ni ancora si cuoprino con guanti l'inuerno di pelli di volpe, & la state di pelli di lepore, di capretto, e di agnello. Finalmente oltre alle altre cose, si fuggan cō tutte le forze la frigidità de i piedi, & delle mani, essendo che molte indispositioni sogliono da queste cose procedere.

DEL MOTO, ET DELLA QVIETE.

Ne sensim ignauo languescant corpora somno,
Internusq; animos haberet sopor excute lētū
Torporē, & varias exerce mēbra per artes:
Nunc ferro vitē attonde, nūc vomere verte
Tellurem, aut equitans, dorsoq; innixus equino
Cōpita carpe fuga, fluuiosq; cuince rapaces,
Corporis hinc totis exudat inutilis humor
Artibus, & vitiū calor excutit auctus, abitq;
Quicquid inest morbi, sensusq; famesq; vigescunt.

C A P. II.

PErche non solo à conseruar la sanità, mà ancora alla buona habitudine del corpo, è necessario il moto, per questo doppo l'Aere è da venire all'essercitio, il quale è potentissimo à conseruaci sani, essendo che per esso si espurgan le superfluità di tutto il corpo, & si dissoluono in modo, che non ci bisognano più medicamenti. Sono molte sorti di moto, & quello è ottimo che da se stesso si fà, essendo cognatissimo à mẽbri; mà quello che si fà in carozza, o in naue, o à cauallo, & simili, è men buono. Sono alcuni essercitij validi, & faticosi, & alcuni moderati, leggieri, & deboli; l'essercitio tempe-rato è quello, che conferisce alla sanità, per che corrobora il calor naturale, consuma le superfluità, viuifica la giouentù, allegerisce la vecchiez-

Essercitio e suoi effetti.

Essercitio ottimo.

za,

za, prohibiſce la ripienezza, fortifica i ſenſi, fà agile il corpo, & fortifica i nerui, & tutte le gionture, perche le parti eſercitate diuentano più robuſte; eſſo ancora conſolida i membri, & tutte le digeſtioni, mantiene i meati del corpo aperti, accioche eſalino i fumoſi vapori delli ſpiriti, i quali ſono iſtrumenti di tutte le virtù; e finalmente la conſeruatione della humana vita, eſſendo ſola cagione, che ſi faccia dei cibi ottima preparatione, concottione, aſſimilatione, e finalmente l'eſpurgatione di tutte le ſuperfluità. Gl'eſſercitij leggieri ſono come il peſcare, l'vccellare, & altre coſe che ralle grano l'animo; e sì come l'eſſercitio moderato conferiſce mirabilmente alla ſanità; coſi per il contrario l'otio ſouerchio è di grandiſſimo nocumento. Le frittioni ancora ſono vtiliſſime, percioche prohibiſcono che gl'humori nõ cor-

Eſſercitij leggieri.

Otio ſouerchio e ſuoi nocumẽti.

rino alle giontore, e facendosi à tempo debito, cioè quando da gli intestini saranno mandate fuori le superfluità, aiutaranno la digestione, alleggeriranno il corpo, & apriranno i pori, accioche più facilmente per essi suaporino le superfluità, tirano il sangue alle parti esterne velocemente, inspessiscono i corpi rari, & gli spessi fan rari, indurano i molli, & mollificano i duri, & finalmente corroborano il calor naturale. La quantità dell'essercitio poi è fino à tanto, che il corpo si cominci à stancare, e si riscaldi, & acquisti florido colore, & comici à sudare, il che quãdo sarà, bisogna mutarsi di panni, & asciutti bene i membri, mettersi gl'altri panni, & se bisogna, starsene vn poco in letto, & quietarsi fino à tanto, che si saran rihauute le forze. Il tempo poi da fare essercitio è auanti al cibo, espurgati prima gli escrementi

Quantità dell'essercitio.

Tẽpo del essercitio.

menti del ventre, & della vesica, perche gran danno suole auenire à coloro che ripieni di cibi, si essercitano; perche sì come il moto fatto auãti al cibo è conseruatiuo della sanità; cósi dopò il cibo è generatiuo di infirmità. Adunque ogni essercitio sia auanti al cibo, & dopò seguiti la quiete; ma da questa regola sono esenti gli Agricoltori, i quali son'auezzi ad essercitarsi subito dopò il cibo, &in questi si verifica quel detto, che è meglio essercitarsi pieno, che voto. Nell'essercitio ancora è da guardarsi dal freddo, pcioche l'essercitio fatto hauẽdo aperti i pori, fà ch'ẽtra la frigidità facilmente, inducẽdo poi catarri, e altre diuerse infirmità, adunq; la mattina euacuati gli escrementi del corpo prima si faccino le frittioni alle parti estreme, cominciãdo dalle ginocchia fino a' piedi, & dalle coscie fin alle ginocchia, poi

Freddo dopò l'esercitio.

Frittioni.

dalle coste superiori all'inferiori, poi dal dorso alle spalle, & dalle braccia fino alle mani, poi dal petto tirando lateralmente verso le braccia, & questo si faccia con vno sugatoio leggiermente stropicciando fino à tanto, che la pelle alquanto si arrossi.

Essercitio de' vecchi.

Laudasi ne i vecchi il moto de i mẽbri superiori, come delle spalle, & braccia, perche diuerte gl'humori, che non vadino alle parti inferiori,

Lauande per i piedi.

& per il contrario l'essercitio à i piedi, ò lauande con acque dolci preparano i vecchi alla podagra: Onde douendosi alcuna volta lauare i piedi, si lauino con liscia debole, in cui sian bollite rose, e vn poco di sale, & si lauino in tempo, che non vi siano dolori; dapoi è bene di mettersi da se stesso i calzetti, & l'altre vesti, senza aiuto di seruitori, che cosi si essercita mediocremente il corpo, & il calor, & gli spiriti si risuegliano. Et

non

non è da laudare lo ſtringerſi con li-
gacci i calcetti, anzi è meglio vſarli
intieri ſenza ligacci, perche ſtringen
doli inducono dolori, & prohibiſco-
no che il calore, il ſangue, & gli ſpi-
riti non corrano alle gionture; onde
ſi indeboliſcono, & ſi preparano à i
dolori, & ad altri nocumenti. In ol-
tre è molto vtile toſſendo ſputare, e
cacciar fuori gli eſcrementi del cor-
po, facendo eſſercitio. Oltre à ciò,
auanti l'eſercitio, la mattina nel le-
uarſi, biſogna ſtropicciarſi la teſta,
e pettinarſi, con petine d'auorio, dal
la fronte verſo la nuca, dando alme-
no quaranta pettinate, poi con pan-
no ruuido, ò con l'vgne, ò con ſpu-
gna ſtropicciando la teſta, ſe ne leui
ogni ſuperfluità, che vi foſſe, accio-
che gli ſpiriti s'aſſottiglino, e s'apra-
no i meati del capo, accioche le fu-
moſità più liberamente ſuaporino,
che coſi ſi corroborano tutte le vir-

Sputare.

Pettine.

tù in terriori, cioè l'imaginatiua, & la cogitatiua, la memoria; e l'vso del pettine ristora mirabilmēte la vista, massime guardādo nel specchio, il quale eccita tutte le virtù animali, & massime la vista, e il pettinarsi spesso, tira i vapori alle parti superiori, e facilmēte gli rimoue da gl'occhi; mà nel pettinarsi, non si tenga la testa molto scoperta; poi si pettini con vn'altro pettine la barba, laqual si tagli spesso, perche rallegra, & dà prontezza di animo. Conuien ancora sternutare dopò l'vniuersal euacuatione, mettendo nel naso vn poco di poluere di pepe, e piretro. Poi bisogna lauar la faccia, e le mani, secōdo q̄l verso

Pettinarsi conferisce alla vista.

Barba.

Starnuti.

Lauarsi le mani, e'l viso.

Si fore vis sanus, ablue sæpe manus.

Et il lauarsi la faccia viuifica la virtù rilassata, essendo che il calore si riuoca dentro per antiparistasi, & la virtù vnita più gagliarda diuenta. L'Inuerno si laui con decottione di saluia, ò di rosmarino, qualche volta

Lauanda per l'inuerno.

fatta in vino. La ſtate è ſi conuien l'acqua freſca, nella quale ſia giunta vn poco d'acqua roſa, con vn poco di ſapone ben'odorifero. Biſogna lauar ſpeſſo le mani, perche ſono inſtrumenti che tengon netti gl'organi, per i quali eſcono le ſuperfluità del ceruello, come ſono l'orecchie, gli occhi, & le narici, & p queſto ſi dice,

Lauanda p le ſtate.

Lotio poſt menſam tibi confert munera bina,
Mundificat palmas, & lumina reddit acuta.

Ma dopò il cibo non biſogna lauar le mani con acqua calda, perche genera vermi nel ventre, & la ragion è, perche cõ l'acqua calda ſi tira fuori il calor naturale, onde ne vien la digeſtione imperfetta, laqual è potiſſima cagion de' vermi. Gli occhi ancora ſi lauino con acqua freſca, acciò che ſi leuino da loro l'immoditie, & mettanſi gli occhi in acqua freſca, & chiara, & apranſi, che coſi s'aſſottiglia la viſta, & ſi mondificano gl'occhi.

Acqua calda è cattiua per le mani.

Vermi.

Occhi.

occhi. Poi con vno asciugatoio biãchissimo, & odorifero s'asciughino. Si nettino poi bene i denti, che non essendo netti fan puzzare il fiato, & miste col cibo le superfluità de i denti, causano corruttion del cibo; oltre che i denti sporchi mandano al ceruello cattiui vapori, & nessuna cosa è meglio à conseruare, & tener netti i denti, che il lauarli due volte il mese con vino, nel qual sia bollita la radice di titimallo. E ancora da lauar qualche volta la testa, nè bisogna in ciò osseruar quella antica sentenza, che dice, che si lauino spesso le mani, raro i piedi, & non mai il capo; perche lauandosi la testa qualche volta, conforta grandemente il ceruello, massime lauãdosi l'Inuerno cõ liscia dolce, nella qual sia bollita saluia, bettonica, stecade, asaro, maiorana, camomilla, martella, & vn poco di vin bianco odorifero, & si vsi

Denti.

Dẽti come si conseruino.

Capo quãdo si laui.

sapo-

ſapone fatto di ſapone Venetiano, ò damaſchino once due, di agarico eletto oncia vna, di landano drãme tre, di garofani, & ſpico nardo ana ſcropoli duo, con olio mirtino, ſi faccia palla. La ſtate ſi faccino bollir nella liſcia roſe ſecche, & in vece di ſapone ſi vſino roſſi d'oua freſche intepiditi. Lauata la teſta, biſogna aſciugarla ſubito cõ panni caldi, in modo che non vi reſti humidità, perche il ceruello è humidiſſimo, & per queſto la natura gli hà fatti tanti luoghi ad eſpurgarlo dalle ſuperfluità. Quando oltre à ciò ſi laua la teſta, non ſi deue troppo preſto eſporre all'aria, & per queſto è meglio lauarſi la ſera auanti cena. Fatte tutte queſte coſe, biſogna andar la prima coſa alla Chieſa, & far preghiere à Dio, il qual è perfettiſſimo Medico, che conſerui la ſanità del corpo, e della mente. Poi andar fuori, cominciando à far

Saponetti per la teſta.

Lauarſi la teſta, quando è meglio.

eſſer-

Eßercitio più gagliardo quando.

essercitio piaceuolmente, tanto, che si cominci quasi à sudare. Et più gagliardo essercitio si conuien la mattina, che la sera. Et è da sapere, che si come l'vso del moderato essercitio aiuta grandemente à conseruar la sanità, così il souerchio apporta al corpo danno grauissimo: & così, si come il moto auanti al cibo conferisce grandemente alla sanità, così fatto subito dopò il cibo tira per tutto il corpo gli humori, & i succhi, che stan nello stomaco ancora crudi, onde poi si generano varie, & diuerse infirmità. Non si conuiene dunque dopò prãso essercitatione alcuna, mà è conueuiente la quiete, massime per vn'hora dopò il cibo. Da poi è bene di passeggiare alquanto, perche il cibo discenda al fondo dello stomaco.

Luoghi p lo eßercitio.

Gli essercitij finalmente son migliori fatti allo scoperto, che sotto i portici; al sole, che all'ombra, & fatti all'om-

all'ombra, o di muraglie, ò di ſpalliere odorate, ſono più vtili, che quelli fatti al coperto; & meglio è il paſſeggio dritto, che il torto. Quelli poi che per qualche accidente non poſſono caminare, ſi faccino portare in lettica, in cocchio, ò in ſedia, ò caualchino vna chinea, tanto che in qualche modo ſi mouano auanti al cibo, ſe vogliono guſtar bene, & mangiar con qualche appetito; che per l'otio s'attriſta lo ſtomaco, & per l'eſſercitio s'allegra. Eſſercitato dunque il corpo à baſtanza, ſi riposi alquanto fin che ceſſata la perturbatione, il calore, & gli ſpiriti ſi ricreino, e poi ſi mangi; che mentre ſono in riuolutione, tirano i crudi humori alle viſcere che reſtano poi grandemente opilate. Non è oltre à ciò da diſprezzare l'eſſercitatione della mente: imperoche sì come il corpo con l'eſſercitio ſi rende gagliardo, coſi l'animo per

In vece d'eßercitio, che cõuienſi.

Appetito.

Eſſercitio della mente.

gli

gli studij si nutrisce, & acquista vigore; & molti p gli essercitij dell'animo si sono liberati da infirmità grādissime. Sono gli essercitij dell'animo, le speculationi, & il cantar i Salmi, con instrumenti musicali, & attendere all'Istorie theologiche, che queste cose dilettando all'animo, lo pascono in modo, che tutte le virtù diuentino più forti à resistere all'infermità, & à superarle; & fatti questi essercitij à debito tēpo, cioè perfetta la concottione del cibo, nutriscono, & corroborano l'anima, & fan perfetta memoria; quindi vēgono gli huomini dotti, & atti al gouerno delle Republiche: mà fatti fuor di tempo, impediscono la digestione, radunano molte superfluità, cagionando varie opilationi, & spesso generano febri putride. Se oltre à ciò i vecchi staranno in continuo otio, senza fare essercitio, essendo

Esercitij dell'animo.

Anima. Memoria Eßercitio fuor di tēpo.

do la vecchiezza come vna putredine, aggiungẽdosi putrido, à putrido, tanto più si putrefanno, & diuerrãno secchi; mà essercitandosi dureranno più lungo tempo, & quindi auuiene, che per tutte le bocche si ode quella graue sentenza, che lo studio della sanità consiste in non satiarsi de i cibi, & in non esser pigro alle fatiche: & che l'essercitio, il cibo, il bere, il sonno, & l'altre cose tutte debbono essere mediocri; & con questi due capi principalmente si insegna tutto quello che si cõuien di fare per cõseruar la sanità, & ꝓlungar la vita.

Otio, & suoi nocumenti.

Sanità.

Vita.

DELLA QVIETE.

At cum sub varijs exciueris artibus artus
Depuleritq; calor concreta alimenta saporis
Interna, nimio ne vis lassata labore
Deficit,

Deficit, Placidæ fessum te cede quieti,
Præsertim si prælongas conuiuia in horas
Duxeris, & plenis undarint fercula mensis,
Tũc quærenda quies, tũc otia dulcia amato,
Quò sopita fames stomacho rediuiua resurgat,
Ex inianisq; nouas epulas uelut ante reposcat.

Essercitio & suoi effetti.

SI come l'inmoderato essercitio apporta alla sanità molti incõmodi, così fa altresì l'otio, & la souerchia quiete, & non solo offende il corpo, ma indebolisce l'animo; che stando il corpo in otio si radunano molte superfluità, dalle quali poi si cagionano infinite infirmità, perche mentre stà il corpo in otio, s'accrescono molte materie crude, & si fano l'opilationi, & l'otio cõsuma, & corrompe le forze, estingue il calor naturale, accresce la flẽma nelle vene, ingrassa il corpo, e l'indebolisce; & così come p l'essercitio, il natural calor s'accresce, & si facilita la cõcottion de' cibi; così p l'otio s'impedisce

Otio, & suoi effetti.

&

& s'estingue: & per questo l'otio si cõ numera trà le cause de i morbi frigidi: e conoscendo quel Poeta quanto l'otio nocesse alla sanità, disse,

Cernis vt ignauum corrumpant ocia corpus:
Vt capiant vitium, ni moueantur aquæ?

Et corrompe l'otio non solo tutto il corpo, ma è causa ancora di cattiui pensieri, come disse il medesimo Poeta,

Quæritur Agestius quare sit factus adulter?
In promptu causa est, desidiosus erat.

E dunq; la Quiete cõtraria al Moto, & è ristoro delle fatiche, perche, *Quiete.*

Quod caret alterna requie durabile non est,
Hæc reparat Vires fessaq; membra nouat.

Et è la quiete non solo al corpo, mà ancora all'animo necessaria, quãdo è faticato da pensieri, da facende, & da studij, perche,

Ocia corpus alũt, Animus quoq; pascitur illis. *Riposo.*

In sõma senza qete il vigor dell'animo non si può lungamẽte cõseruare; oltre che il riposo hà gran forza in

aiutare le speculationi, & le profunde inuentioni delle cose occulte. Conferisce la quiete dopò il cibo, accioche i cibi risiedono nel fondo dello stomaco bene vniti, che se ne fa poi di loro buona digestione. Et si come à i flemmatici, & alle fredde, & humide nature è vtile il moto: così à i caldi, & a i colerici è la quiete più commoda. Bene è vero che la souerchia quiete, chiamata otio, come s'è detto, è di grandissimo nocumento non solo à i corpi, ma all'animo ancora, percioche fa gli huomini negligenti, pigri, ignoranti, & scordeuoli, & smemorati, brutti senza pensieri, inetti al consiglio, & al gouerno della Republica. L'otio poi del corpo fà gli huomini grossi, pigri, poltroni, mal sani, da poco, scoloriti, rifredda, & estingue il calor naturale, accresce la flemma, & empie il corpo di superfluità, generando infirmità

Quieto dopò'l cibo.

Otio, & suoi effetti.

firmità frigide, come goccia, catarri, opilationi delle viscere, epilepsia, podagra, chiragra, & dolori artetici. quando poi alcuno è necessitato à stare in otio, & non è libero à poter fare essercitio, bisogna auertire di nutrirlo di cibi leggieri, & di brodi, i quali facilmente, & senza molestia si distribuiscono per tutto il corpo, & lubricano il ventre, & questi tali bisogna che auertiscano di star poco à sedere, ma dritti, che cosi meglio si distribuiscono i cibi, & à questo proposito si dice.

Mali frigidi.

Parce mero, cęnato parum, nec sit tibi vanum
Surgere post epulas: somnum fuge meridianũ.

Adunque la souerchia quiete non poco nocumento dà al corpo, per questo è d'auertire, che sia temperata, & che non diuenti otio, il quale nõ può stare lungo tempo senza dar nocumento: Onde veggiamo, che gli incarcerati che stãno ne' ceppi, & nei

Otio.

Incarcerati.

 ferri

ferri, che non si possono muouere, sempre pigliano qualche infirmità, imperoche si infrigidisce il lor corpo mentre per le souerchie humidità nõ può liberamente il calore diffondersi à i membri, essendo impedito il transito non solo al calore, mà à cibi ancora, per essere i meati opilati: Onde poi mancano le forze, & i mẽbri si disseccano, & s'assottigliano.

Essercitio moderato.

Et all'incontro l'essercitio temperato dissolue le superfluità, & apre le vie, accioche si possa il calor naturale liberamente diffondere; & per questo Hippocrate afferma essere l'essercitio moderato vtilissimo à i flemmatici, & à quei che son frigidi, & humidi di natura; mà à i calidi, & colerici,

Quiete moderata.

la quiete è più commoda, perche humetta i corpi adunque l'essercitio, & la quiete sian moderati per conseruar la sanità, & prolungar la vita.

DEL SONNO, ET DELLA VIGILIA.

Deficiunt vigiles sensus, habetantur ocelli,
Tertia iam ab sumpto præterit hora cibo.
Cæcuba, præcipiunt somnos, caput annuit, ite
Conuiuæ, in solitos currite quisque thoros.
Naturę hic benè fernet opus, benè cōcoqt hepar
Venter, & amplexu nobiliore cibum:
Lethæa est resupina quies, hinc omnia pallent
Mēbra, iecur, ne, nerui, ora, caput stomach⁹:
Pronus quisq; cubet, dextra vel parte recūbat,
Mox leui lateris commoda somnus amat.
Somne nihil sine te benè possumus, optimè sōne
Blanda ægris animis corporibusq; quies.

CAP. III.

TVtti gli animali p le lunghe, fatiche, & vigilie si consumano, & per questo hāno bisogno d'esser ristaurati con la generation di nuouo humido radicale, & della rinouatione delli spiriti risoluti, le quali cose si cōseguiscono dal moderato sōno,

Sonno modera[to]

to, & suoi effetti.

le cui commodità sono molte, impe-
roche riscalda, & corrobora i mem-
bri, concuoce gli humori, accresce il
calor naturale, ingrassa il corpo, sana
l'infermità dell'animo, & mitiga le
molestie della mente, perche nel tē-
po del sonno la facoltà animale si ri-
posa, & la naturale opera più ga-
gliardemente. Il sonno ancora aiuta
la concottione de'cibi, non solo nel-
lo stomaco, & in tutto il corpo, per-
che per il sonno il calor naturale si
riconcētra nelle parti interne, onde
i cibi meglio si concoquono, & le su-
perfluità meglio si caccian fuori. Il
sonno finalmente rimoue ogni fati-
ca, & ogni lassitudine causata dalle
vigilie, & per questo è chiamato ri-
poso delle cose, & pace dell'animo
secondo questi versi,

Sonno mo derato.

Somne quies rerum placidissime, somne Deorū,
Pax animi quem cura fugit, tu pectore duris
Fessa ministerijs mulces, reparasq; labor

Ma

Ma è da fuggire sempre il sonno superfluo, & troppo prolisso, percioche infrigidisse, & disecca, indebolisce il calore, & genera humori flemmatici, da i quali poi viene la pigritia, & la poltroneria, & manda molti vapori alla testa: onde si causano poi le distillationi, & catarri; nuoce grãdemente a' corpi grassi, & ripieni, & in somma non conferisce à corpi, nè à gli animi, nè alle facende; & chi dorme troppo, è simile à vn mezo huomo, & quasi morto, pcioche fuor che il concuocere il cibo, il non vedere, non vdire, non intendere, non parlare, & esser senza regione, sono cose simili alla morte. Il sonno superfluo oltre à ciò à corpi sani, & infermi induce asma, & li prepara all'apoplesia, all'epilessia, alla paralisia, allo stupore, & alla febre: & oltre à gli altri incommodi, fa che gli escrementi non si mandino fuori al

Sonno superfluo.

debito tẽpo, mà si ritengano lungamẽte ne i vasi. Si fà il sonno eleuãdosi da i cibi i vapori, che arriuati al ceruello, & ritrouandolo frigido, & dẽso, si cõgelano, & fatti graui, & discẽdendo, opilano i meati sensitiui de i membri, in quella maniera, che si genera la pioggia nella mezza regione dell'aria, per l'ascenso de i vapori. Et le vigilie si causano del souerchio calor del ceruello, & sono causa dell'angustie della mẽte, & dell'indigestioni de' cibi, imperoche per le vigilie il calor naturale, che si chiama primo istrumẽto dell'anima, si indebolisce, & lascia la concottione; l'imperoche l'anima serue al corpo, mentre vegghiamo, & distribuita in molte parti non è libera, ma distribuisce alcuna parte di se à tutti i membri, & sensi del corpo, all'audito, al viso, al tatto, al gusto, al caminare, all'operare, & ad ogni facoltà del cor-

Sonno come si facci

Vigilie donde si causino.

Calor naturale.

corpo: Onde da tanti negotij impedita, lascia i cibi nello stomaco, & indi nascerebbono crudità, se la natura nõ soccorresse co'l sonno, ilqual è l'otio dell'anima rationale, e de gl' animali facoltà dolce riposo. Conferise il sonno à i flemmatici, perche concuoce i crudi humori, da i quali generandosi poi buon sangue, l'huomo diuenta più calido, accresciuto dalla copia del sangue il natural calore. E vtile ancora à i colerici quanto alla quiete dell' animo, & quanto alla correttione delle complessione del corpo. Mà più che à gl'altri cõferisce à malẽconici, essendo che il sonno solo muta la loro intemperie, percioche per il sonno acquistano calore, & humidità, cose contrarie alla lor complessione. A i sanguigni conferisce manco che à gl'altri: Nondimeno il sonno diurno, & meridiano, bisogna fuggirlo,

Sonno.

Melanconici.

Sõno diurno.

eccet-

eccetto quando l'huomo è cõstretto dalla consuetudine, ouero che la notte precedente non si fosse dormito; oueramente quando si senta lassitudine di mẽbri, che in questi casi è da cõcederlo, massime à quei c'hãno lo stomaco debole, & che non possono digerire, & all'hora non si deue stare con la testa bassa, nè in letto, mà in vna sedia con la testa alta, & non duri più di vn'hora. Adunque il sonno diurno rispetto al notturno è sẽpre cattino, massime ne i giorni canicolari, percioche all'hora si fanno ne' corpi nostri operationi cõtrarie, che il sonno riuoca il calore alle parti interne, & il calor dell'aria alle parti esterne; & in quel tempo il ceruello si riempie di molti vapori, quali poi vniti, & condensati in acqua, descendono alle parti inferiori, & accrescono le flussioni, & discendendo à diuerse parti del corpo, acquistano

Giorni canicolari.

no

no diuersi nomi, come dimostrano questi versi,

Si fluit ad pectus reuma, tunc dico Catharrũ:
Ad fauces brancos, ad nares dico Corizam.

Cosi ancora cagionarebbono altri accidenti, è per questo il giorno è da vegghiare, & la notte da dormire; perche il dormir del giorno prepara innumerabili infirmità catarrali, fà mal calore, graua la milza, offende i nerui, fà pigro, genera posteme, & febre: oltre à ciò essendo il giorno luminoso, è atto à gli essercitij, & vigilie, mà la notte con la sua oscurità, è quiete è più atta al sonno, sì per la frigidità dell'aere, come ancora per la tranquillità, & quiete della mente, & del corpo, ch'all'hora non si interrompe il sonno da strepiti, & da romori, & per questo fù detto,

Sonno meridião, & suoi nocumenti.

Si vis incolumen, si vis te reddere sanum:
Curas tolle graues: somnum fuge meridianũ:
Parce mero, cœnare caue: nec sit tibi vanum

Per-

Pergere post epulas: irasci crede profanum,
Nec teneas mictum, nec cogas fortiter annum.

Mà se alcune necessità (come si è detto) constringe à dormire il giorno, ò per le notturne vigilie, ò per ristorar le forze, dormire vn poco non nuoce, perche riuocato il calore alle parti interne, si fà miglior concottione; ma si dorma nei i giorni longhi, sedendo sopra vna sedia di corame, con la testa eleuata, mà non piegata innanzi, ò all'indietro, ma sopra i lati, che così si fà minor euaporatione al ceruello; mà non si dorma in letto molle, & delitioso, nè profumato, con mosco, ò ambra, ò legno aloe, pche così si fa troppa dimora, e s'aggraua la testa, nè meno si dorma sopra cose dure, che potrebbe far rompere qualche vena nel petto. La notte poi nõ si hà à dormire con la testa, ò cõ le braccia, ò piedi scoperti, perche la frigidità delle parti estreme nel

Dormire il giorno come.

Dormire sopra cose dure.

Piedi, e braccia coperti.

nel ſonno aporta gran nocumẽto al ceruello. Biſogna auertire ancora di non dormire in camera doue entrino i raggi della Luna, perche nuoce grandemente alla teſta, facendo catarri, più che ſe ſi dormiſſe al ſereno. Oltre à ciò non è da dormir ſubito dopò il cibo, mà almanco due hore dapoi, & ſe più, ſarà meglio, perche all'hora ſi farà meglio la concottione dei cibi: Nondimeno è maggior offeſa il dormire ſubito dopò pranzo che dopò cena, perche ſi riſueglia dal ſonno prima che la teſta poſſa digerir i vapori eleuati dal cibo. Oltre à ciò è nociuo ancora dormir à ſtomaco voto, perche indebiliſce la virtù; nè biſogna nel dormir far molte riuolte, perche ſi cauſa la corruttione dei i cibi nello ſtomaco, ſi accreſce la ſuperfluità, & finalmente ſi p̃hibiſce la digeſtione delle materie, & l'eſpulſione loro à i luoghi natu-

Luna.

Dormire quanto dopò i cibi.

Dormire à ſtomaco voto.

Riuolte nel dormire.

Dormire alla supina.

naturali. E nociuo parimente il dormir alla supina, perche offēde la schina, & le reni, impedisce l'anhelito, & prepara à cattiue infirmità de' nerui, pche le superfluità vanno alla nuca, & alla spina, & alle parti posteriori di modo, che non si possono espurgare per il naso, ne per il palato, ne per altre congrue regioni; bene è vero, che quando ci è la renella è ben di dormir sopra la schiena. E la forma del dormire, acciò il cibo più facilmente descenda al fondo del stomaco, cominciar il sonno sopra il lato destro per due hore, poi riuoltarsi sopra il sinistro per più spatio di tēpo, ch'aiuta molto la digestione: perochе all'hora il fegato abbraccia il cibo, come la gallina i pulcini, & stā sotto al stomaco, come il foco à vn caldaro, & così si fà più presto, e miglior e digestione; poi in fin del sonno bisogna tornar in sul lato destro, ac-

Forme del dormire.

ciò

ciò più facilmente il cibo descenda dallo stomaco al fegato, & che le superfluità dalla prima digestione più liberamente se ne vadino à gli intestini. Mà quando lo stomaco fusse debole, ilche si conosce dalla frigidità, che si sente nella sua regione, & dai rutti acetosi, & dallo sputo dopò il cibo insipido, all'hora è meglio cominciare il sonno sopra il ventre, che tal sonno corrobora la faccia, il petto, & la digestione, quantunque non si conuenga à quei, che patiscono flussioni à gli occhi, perche vi fà concorrere più materie; però sarà meglio in quel tempo tener allo stomaco vn cusinetto di piuma molle, & minuta, come son quelle dell'Auoltore, ò in vece di piuma s'empie il cusinetto di cimatura di scarlatto: Et tra le cose, che grandemente giouano alla frigidità dello stomaco, è il tener abbracciato, vn fanciullo

Sonno sopra il ventre.

Cusinetto p lo stomaco.

Stomaco frigido.

carno-

carnoso, ò vn cagnolo grasso, che scaldando lo stomaco aiutano la digestione del cibo. La quātità del sonno si deue prender dalla perfettione della concottione che si conosce dal l'vrina, che, quando è come acqua dimostra esser succo crudo nelle vene, & all'hora più bisogna dormire; l'vrina poi citrina mostra esser il succo concotto, & all'hora non è più da dormire: Mà questo tempo del sonno si varia secōdo la diuersità delle complessioni, dell'età, & de i tempi; percioche quei che son di calda cōplessione digeriscono presto, & à q̄sto basta vn sonno di sei hore; mà q̄i che sō di cōplession frigida (essendo in loro la virtù digestiua debole) han bisogno di più lungo sonno; onde à i gioueni bastano sei hore di sonno; mà à i vecchi non si conuengono manco di otto, ò noue hore; & sempre è meglio, che il sonno sia alquanto più lungo,

Quantità del sonno.

Sonno de' gioueni.

Sonno de' vecchi.

lungo, che le ſuperflue vigilie, per le quali s'indeboliſce il ceruello, onde molte ſuperfluità flẽmatiche ſi moltiplicano. Et in ſegno della baſtanza del ſonno, è la leggierezza di tutto il corpo, è maſſime del ceruello, il deſcenſo de i cibi dallo ſtomaco, & la volontà di andar del corpo, e d'vrinare, & il ſentirſi leuate le laſſitudini delle paſſate vigilie: ſi come i contrarij ſegni, cioè la grauità del corpo, & i rutti, che habbino odor de i cibi, ſignificano, che non ſi ſia abaſtanza dormito. E da ſapere in ſomma, che il ſonno moderato riſtora le facoltà animali, aiuta la concottione de i cibi, & dei crudi humori, fa ſcordar de i trauagli, & de i cattiui pẽſieri, mitiga tutti i dolori, humetta tutti i membri del corpo: riſtora tutte le facoltà riſolute, accreſce il calor naturale, riſtora l'humido radicale, riſchiara, & cõforta la viſta, leua

Sonno moderato.

Sonno immoderato.

la laſſitudine, refocillando i corpi ſtãchi, & ritiene le fluſſioni, mà quãdo è immoderato graua la teſta, conturba la mente, debilita la memoria, & tutte le facoltà animali, infrigidiſce il corpo, multiplica le flemme, eſtingue il calor naturale, induce nauſea, fa il volto pallido, & nuoce à tutte le indiſpoſitioni flemmatiche. Quando poi il ſonno ſarà poco, & l'huomo non poſſa dormire, almeno ſi ſtia in ripoſo con gl'occhi chiuſi, che queſto ſuppliſce in luogo del ſonno. E oltre à ciò da ſapere che ne' vecchi, c'hanno lo ſtomaco frigido, & il fegato calido, biſogna cominciar il ſonno ſu'l lato ſiniſtro, perche coſi vien lo ſtomaco à riſcaldarſi, & ſi fa miglior concottion de i cibi, per eſſere lo ſtomaco fomentato dal fegato, & all'incontro il fegato ſi rinfreſca.

[illegible]

Fegato caldo.

DELLA

DELLA VIGILIA.

Surgite, ab Oceano rapidus iam surgit Eous,
Aurore roseum iam iubar ecce rubet.
Iam vigilate graues somno, vinoq; sepulti,
Septena in somnos est satis, hora meos.
Longior obtundit cerebrum, torpedine sensus
Afficit, exacuet quem vigilata dies.
Sic calor internus reuirescit, & aptius omni
Sorditie eiecta membra vigore fouet.
Luce vigent operosæ artes, it Miles in arma
Luce, gemunt fessi sub iuga luce boues.
Delia non noctu venatur, nocte quiescunt.
Pulpita, sed luce docta Minerua vigil,
Luce minax Pallas, vigilatæ quot bona lucis?
Corpora, Dij, sensus, ingenium, arsq; vigent.

Vigiliæ moderata, & suoi effetti.

Vigiliæ immoderata, & suoi effetti.

LA vigilia è vna intensione dell'animo dal suo principio, à tutte le parti del corpo, & quando è moderata eccitta tutti i sensi, dispone la facoltà alle operationi loro, & cacciano fuori le superfluità del corpo, ma sarà immoderata, corrompe la temperatura del ceruello, fa delirio,

 accen-

accende gli humori, eccita infermità acute, fà gli huomini famelici, magri, e di brutto aspetto, indebolisce la virtù concottrice, risolue gli spiriti, riempie de vapori la testa, fà gl'occhi con caui, accresce il calore, & accende la collera, impedisce la digestione, & causa crudità de cibi, perche il calor naturale và alle parti esteriori, & per questo si dà per regola, che il sonno, e la vigilia siano moderati.

DELLA REPLETIONE ET INANITIONE.

Scinditur extumidũ corpus, conuiuia vorator,
Desine iam, in patinis cura diurna tibi est.
Crapula & ingluuies tibi mors er tilia, uẽter
Et iecur & renes, splenq; caputq; dolent.
Si vix inspiras, si te vexante podagra,
Et chyragra exclamas, culpa miselle tua est,
Desine iam, extremo famis aduersate furori,
Dedecet, & nocuum est cedere velle gulle.

CAP.

C A P. IIII.

Superfluità.

DAl mangiare de i cibi ſi radunano molte ſuperfluità, delle quali gran parte per l'eſſercitio conſumaſi; il reſto biſogna con qualche artificio cacciarlo fuori del corpo. Son queſte ſuperfluità diuerſe, ſecondo che da diuerſi luoghi procedono, come ſputi, mocci del naſo, ſudori, vrine, fecce del ventre, e altre ſordidezze del corpo, che ſe non ſi cacciano fuori, ſogliono generare molte infirmità, come opilationi, febri, dolori, e poſteme, & per queſto con ogni diligentia è da procurare la euacuation loro, perche tutti quei mali che da pienezza procedono, con l'euacuatione ſi guariſcono, come quei che vengono da euacuatione, con la repletion ſi ſanano. Adunque è da biaſimare la ſouerchia euacuatione, perche da eſſa il calor naturale, e li ſpiriti ſi riſoluono, per il che

Euacuation delle ſuperfluità.

 le vir-

le virtù mancano dall'operation loro, & lo stomaco voto moue il mal caduco, è d'auertire adunque principalmente, che le superfluità del ventre, & l'vrina ogni giorno mattina, e sera, ò almeno vna volta il giorno, si mandino fuori, perche bisogna sempre hauer il corpo lubrico, che questo è nella podagra, nelle pietre, e nelle renelle vtilissimo; si fà questo ò per natura, ò per arte, con clisteri cõmuni, ò d'olio solo, ò con sopposte di miele, ò sale, ò di butiro, ò di sapone, nè bisogna lassar fermar troppo queste superfluità nel ventre, perche apportano alla testa, & à tutto il corpo nocumento grandissimo. Ogni volta adunque che l'huomo sentirà grauezza ne gli intestini, ò nella vessica; ò in altro luoco, nel quale si radunano le superfluità, & ogni volta che vederà la necessità, subito deue incitar la natura à mandarle fuora,

Corpo lubrico.

per-

perche si è visto in molti, che hauendo molto tempo ritenuta l'orina, nõ han potuto poi orinare, & han patito pietre, e rotture, si come il ritenere lo sterco, & il vento fuor di modo, cagiona dolori colici, & per questo disse il versificatore.

Vrina ritenere.

Sterco ritenere.

Nec mictũ retine, nec comprime fortiter anum.

&

Quatuor exeunto veniunt in vẽtre retento,
Spasmus, hydrops colica, vertigo, quatuor istæ.

Si che bisogna fuggir la souerchia repletione de cibi, & del bere, perche genera, ò fomenta molti mali: che dalla souerchia ripienezza, la virtù del stomaco naturale s'opprime, come ancora voto eccita epilessia. I vasi quando son troppo pieni dal cibo, & dal bere è pericolo, che non si rompano, ò si soffochi il calor naturale, & nel corpo ripieno si conuiene l'astinenza, & per questo i golosi non crescono di corpo, perche il ci-

Repletion

Inanition.

il cibo loro non si digerisce, onde il corpo non se ne può nodrire: Et per questo interrogato vn Filosofo, perche mangiasse poco, rispose,

Vt viuam esse decet, viuere non vt edam,

Cioè,

Repletion superflua

Mangiar, e bere per viuer fa mestiere,
Ma non già viuer per mangiare, e bere,

Imperoche quãti huomini si sono supfluamẽte ripieni, & finalmẽte soffocati, & morti? & nõ è cosa peggiore, che riẽpirsi supfluamẽte nel tẽpo dell'abõdanza, che si son visti molti, che mãcãdo loro il cibo al tẽpo della carestia, riẽpiẽdosi poi troppo al tẽpo dell'abõdãza, si sono psto morti. Mà se occorre tal'hora p disordine riempirsi troppo, & si sẽta nausea, e grauezza nollo stomaco, ò per la qualità, ò per la quantità del cibo, subito si prouochi il vomito, il quale mondifica lo stomaco, & rimoue la

grauezza del capo; nè meno è da fuggir la troppa astinenza dei cibi, perche si come la troppa ripienezza soffoca il calor naturale, così l'astinenza lo risolue, onde poi molte, & diuerse infirmità ne succedono.

Astinēza souerchia

DEL BAGNO.

Balnea ni corpus mundū est, haud intret, obesū
Et tumidum fieri si tibi forte velis.
Si modo sint mūdæ, & lymphæ tibi suaue tepentis
Vtilia in laxis noxiæ poplitibus.
Si gelida ingrederis, calor hinc internus abūdās
Musculus obdurat, nec tibi nerue nocet.
Sulphureū, aut salsum si sit tibi forte, vel ære,
Aut cinere, aut ferro concomitante caue.
Consule prudentē Medicæ prius artis alumnū,
Et prodesse potest, & nocuisse solet.

SOno i Bagni vna specie di euacuatione, imperoche fatti di acqua tepida riscaldano, e humettano, leuano la lassitudine, risoluono la ripienezza, mitigano i dolori, mollificano, ingrassano, sono conuenienti à fanciulli,

Bagni di acqua tepida.

fanciulli, & à i vecchi auãti al cibo, perciochetirano il nutrimento à lor membri, & li corrobora, & conferiſcono à riſoluer le loro ſuperfluità, & cacciarle fuori: Et eſſendo gli eſcrementi de' vecchi falſi, il bagno li contempera. I bagni del vino cõferiſcono à i dolori delle gionture, alla paraliſia, al tremore, & alle paſſioni de nerui. I bagni d'oglio cõferiſcono à i vecchi mirabilmẽte nello ſpaſimo, ne i dolori colici, nella retentione delle renelle, & dell'orina. Vſcito l'huomo del bagno, biſogna aſciugarlo con vn ſciugatoio caldo l'Inuerno, poi ongere tutto il corpo d'olio di amãdole dolci, ò d'aneto, ò di camomilla, tagliarli l'vnghie, & radere le piante de i piedi. Cõforta ancora, & corrobora tutti i ſenſi, & le virtù il vin bianco, & odorifero, nel qual ſia cotto vn rametto di ſaluia, lauandoſi con eſſo caldo vna, ò due volte il

Bagni del vino.

Bagni di oglio.

Vſcita del bagno.

giorno

giorno le mani, & il viso. Deuono ancora i vecchi tener spesso la saluia in bocca, lauata prima co'l vino, che è a i denti, & a i nerui amicissima. Bisogna ancora non far troppa dimora nel bagno, imperoche si dissoluono le virtù, si confonde l'intelletto, si muoue la nausea, il vomito, e la sincope: Doue che facendouisi debita dimora, apre i meati della pelle, tira il notrimento à i membri, humetta il corpo, fa venire appetito, assottiglia gl'humori grossi, sminuisce la ripienezza, risolue le ventosità, leua le lassitudini, mitiga i dolori, prouoca il sonno, stringe il ventre; nuoce à i grassi, perche in loro colliqua gl'humori, che tirandoli poi à qualche parte del corpo vi causa postema in somma intorno alli bagni, bisogna ricordarsi, che,

Saluia cotta in vin corrobora.

Dimora nel bagno.

Effetti del bagno.

Balnea,

Balnea, vina, venus corrũpũt corpora nostra;
Ad vitam faciunt balnea, vina, venus.

&

Si quis ad interitũ properet, via trita patebit,
Huc iter acelerant, balnea, vina, venus.

DELLE FRITTIONI.

Si rogitas citius pinguescere lote sequatur
Balnea, sitq; leui frictio facta manu.
Sẽsibus illa fauet, calor hic viget omnis alũtur
Effœta hinc melius membra, caputq; valet.
Quid non humanũ ingeniũ sapit? ægra moueri
Corpora cũ nequeũt, frictio prompta subest.

Fritioni, & loro effetti.

SOno le frittioni ancora molto vtili à cõseruar la sanità, & massime à i vecchi, & l'operationi, & l'vtilità loro sono grandi, imperoche prohibiscono, che gli humori non corrano alle gionture, & aiutano la digestione, se si fanno in debito tempo, cioè cacciati prima fuori del corpo gl'escrementi, alleggeriscono il

corpo,

corpo, aprono i pori, da i quali poi facilmente suaporano le superfluità, percioche tirano il sangue alle parti esteriori velocemente, & fan spessi i corpi rari, & rari gli spessi, molli i duri, & duri i molli, & finalmente corroborano, & accendono il calor naturale, & eccitano la virtù vitale: onde la distributione de i cibi, & la nutritione è più pronta, & più facile, ma s'han da far le frittioni fino à tanto, che dilettano, & sono grate: Et son molto conuenienti a i vecchi, l'estate, & l'autunno, che resi prima gli escrementi della vessica, & del ventre, se i vecchi per debolezza, o per occupatione non possono fare essercitio, in suo luogo vseranno breui, & mediocri frittioni, come si è detto di sopra. Non è ancora male alcuno la primauera, & l'autunno dopò l'equinottio, con consiglio di qualche prudente

Frittioni per essercitio.

Medico,

Medico, purgarsi da quelle superfluità, che ritenute potrebbono dare la state, o il verno qualche trauaglio.

DI VENERE.

Est Veneris fugiẽda tibi immoderata voluptas
Nam capiti, mentiq; nocet, sensusq; retundit,
Virtutemq; hebetat animalem, & corporis oẽs
Debilitat neruos, infirmaq; pectora reddit.
Parca tamẽ laudãda quidẽ est; hæc una calorẽ
Excitat, hæc hilares animos facit: inde sequuta
Membrorum leuitas, torporẽ expellit, & infer
Spiritibus vitã; præsertim vbi purpureũ ver,
Autumnus ve suum exponit maturus honorẽ.
Tandẽ hyeme, atq; æstate Venus lethale venenum est
Crebra uenus neruos, animũ, vim, lumina, corp⁹
Debilitat, mollit, surripit, orbat, edit.

IL fin di venere deue esser la procreatione de i figliuoli, con la consorte, cõgiunta per santo matrimo-

monio, mà il suo vso deue essere moderato, che così fà gl'huomini lieti, eccita il calor naturale, fà il corpo leggiero, mitiga le passioni dell'animo, viuifica i sensi, & gli spiriti. Mà l'immoderato indebolisce lo stomaco, la testa, tutti i sensi, i nerui, & le gionture, & accelera la morte. Quelli poi che deuono viuere castamente, non hauendo moglie, lassino fare alla natura, & ricorrino à digiuni, & è mirabile inuention della natura di conseruar la spetie, con la generation di nuoui animali, essendo cosa ragioneuole dare ad altri quella vita c'habbiamo hauuta noi da i nostri progenitori; & noi n'acquistiamo, che i nostri figli rendano à noi deboli, & vecchi, quel c'han da noi riceuuto, cioè che ci nudriscono, & sostentino, come lor furon da noi sostentati, & nodriti, quando andauano brancolando per terra.

Coito immoderato.

Figli debitori à padri.

DE

DE GLI ACCIDENTI DELL'ANIMO.

Iã satur est vẽter, tumet hic, iacet ille supinus.
Iam properent risus, ira timorq; abeant.
Nodosæ rerum causæ, & sublimia cædant.
Naturæ ingenia hæc non capit iste locus.
Sensibus addicta est nũc mẽs, sub sensibus extãt
Deliciæ, gaudent corda, iocosq; parant.
Gaudia sectentur risus, dulcesq; cachini,
Lusus, firma fides, spesq; iocusq; salax.
Lætitia, & risus reparant me, gaudia seruant
Incolumen, examinant ira, metusq; graues:
Ridendũ est hilares cõuiuæ, amentia magna est
Si finimus celeres accelerare rogos.

CAP. V.

Passion dell'animo.

LE passioni dell'animo hanno gran potentia d'alterare i corpi nostri, imperoche fanno mouimẽto ne gli humori, & nelli spiriti; & q̃sti moti immoderati, ò subiti si fanno dal centro del corpo alla circonferentia, come è l'ira, e l'allegrezza; ouero dalla circõferentia al centro, come è il timore, & simili, dalle quali

Ira. *Allegrezza.* *Timore.*

viene

viene gran mouimento ne gli ſpiriti: & per queſto biſogna grandemente fuggire queſte paſſioni, eſſendo che troppo diſeccano, & alterano i corpi, perturbandoli, & dalla naturale compleſſion loro transmutandoli; & per queſto ſi chiamano da Platone infirmità dell'animo, come ſono l'ira, la meſtitia, la melancolia, l'anſietà, l'eſclamare, il furor, l'impeto, contentione, riſſa, odio, inuidia, anguſtia, timore, vergogna, pẽſieri diſpiaceuoli, deſideri sfrenati, l'audacia, l'incontinentia, l'importunità, l'iniquità, l'ambitione, la diffidentia, la ſperanza, il gaudio, & ſimili, le quali tutte coſe oltre che grandemente il corpo offendono, trauagliano l'animo ancora, imperciochè l'ira, e la ſouerchia meſtitia affliggono gli ſpiriti, diſſeccano l'oſſa, eſtenuano la carne, riſcaldano il corpo, l'abbruſciano, & lo mettono ſoſſopra dal

Paſſioni dell'animo.

ſuo ſtato naturale, donde vengono poi molti mali, come catarri, & fluſſione alle gionture; quantunq; queſte paſſioni, q̃do ſon mediocri, qualche volta conferiſcono à gl'huomini, & non leggier aiuto lor preſtino; imperoche l'ira eccita, & accreſce il calor naturale, e ſpeſſe volte è vtile l'adirarſi, per riparare il calor naturale, & per radunare il ſangue nelle vene; & per queſto nell'infirmità frigide è da eccitare l'ira, come da fuggirla nelle calde. Oltre à ciò le paſſioni dell'animo, come la malanconia indeboliſce la digeſtione, come l'allegrezza fortifica. Et queſta è la potiſſima cagione, perche gl'huomini più de gli altri animali ſono eſpoſti alle crudità, perche gl'animali brutti, quantunq; mangino à ſatietà, nondimeno non impediſcono la virtù naturale, che cõcuoce i cibi, percioche è eguale in loro la virtù cõcottiua, &

Ira.

Melanconia, allegrezza.

appe-

appetitiua; mà gl'huomini cō diuersi pēsieri, & perturbatione d'animo diuertono q̄sta virtù dalle sue operationi, & quatunq; māgino sobriamēte, cascano in crudità, donde poi nascono molte infirmità: & per questo si fuggano con ogni potere i pensieri tutti delle cose miserabili, & tutte l'altre cose che possano perturbar l'animo, & sempre di tutte le cose si speri bene, perche star con la mente allegra in tutte l'infirmità è bene, come in contrario è male; ne è da fermarsi lungo tempo nell'imaginationi, perche come si dice, L'imaginatione fà il caso. E da guardarsi ancora dal frequente lagrimare, dal gran furore, e dall'appetito di vendetta, perche queste cose indeboliscono il ceruello, & prohibiscono la digestione delle materie. Così ancora il souerchio timore atterra la virtù, & tutti questi accidenti dell'animo impedi-

Crudità.

Lagrime.

Timore.

ſcono la concottione, proſtergono la virtù, e mutano il corpo dal natural ſuo ſtato; percioche per il timore gli ſpiriti, e'l ſangue ſi ritirano, e riducono dentro al cuore onde i membri ſi rafreddano, il corpo s'impallidiſce, viene il tremore, ſi interrompe la voce, & tutte le forze mancano, imperoche il timore, mẽtre s'aſpettano i mali, induce sbattimento d'animo, ilqual commoue gli ſpiriti, & queſti commoſſi, tutto il ſangue perturbano, onde poi le crudità naſcono, & le putredini. L'ira è vn moto molto vehemente del calore, che nelle parti eſtreme con impeto ſi diffonde, & per queſto nell'ira ſi fanno più roſſi, & più pronti i corpi ad ogni ſceleratezza: l'ira ancora commoue il core alla vendetta, ilqual commoſſo riſcalda aſſai il corpo, e lo diſſecca, & per il ſuo feruore tutte l'attioni della regione ſi confondono: & per que-

Ira.

questo si dice, l'ira essere vna accensione di sangue circa i precordij, per l'appetito della vendetta; & per questa causa gli adirati hanno il polso grande, & gagliardo, come i timidi l'hanno picciolo, & debile, perche il calore ritorna in dietro. Mà in questi casi hora il calor naturale ritorna dẽtro, & hora fuori; l'vn, & l'altro di q̃sti moti si scorge nella vergogna; che prima il calor si ritira dentro, poi ritorna fuori, che non ritornando si causa il timore, & non la vergogna. *Vergogna* Se poi queste cose che subito patiscono gl'huomini, si patissero à poco, à poco si causarebbe la mestitia, che *Mestitia.* corrompe, e guasta la natura de gli huomini, l'estenua, l'infrigidisce, & la dissecca ottenebra gli spiriti, offusca l'ingegno, & oscura il giudicio, indebolisce la memoria, & impedisce la ragione, & spesso da questi repentini moti dell'animo si causa la *Morte.*

morte, pche, ò si dissoluono le virtù dell'animo, che consistono nel calore, oueramẽte s'estinguono p la troppa frigidità; & per questo molti son periti per troppo timore, & per troppa mestitia, che andando tutto il sangue al cuore, & gli spiriti, si soffoca il cuore, & ne segue la morte: & però Rutilio riferitoli com'era stata negata la dimanda del consolato del fratello, subito spirò; & il medesimo auenne à M. Lepidio per il souerchio dolore dopò il repudio della moglie. Legesi parimente, che per la souerchia allegrezza molti son morti, come ancora per subito dolore, ò timore, come per souerchia ira non mai, perche per la souerchia allegrezza la facoltà animale rilassata, si trasferisce alle parti esterne, & rissoluesi, & indi rimane il cor solo, & si rifredda, onde molti pusillanimi son morti. Molti altri poi p vergogna sõ

Allegrezza.

mor-

morti come si legge di Diodoro, & d' Homero; p la qual cosa sempre q̄ste passioni dell'animo si deuono pigliare con certa mediocrità, & massime l'allegrezza si deue sempre cō mediocre riso acōpagnare, che cosi eccita il calor naturale, tempera, & purifica tutti gli spiriti animali, & corrobora l'altre virtù, aiuta la digestione, assottiglia l'ingegno, & fà l'huomo habile à tutte l'operationi, mantiene la giouentù, & finalmente prolunga la vita; & è il gaudio vtile ad ogni persona, eccetto à quelli c'han bisogno di smagrirsi, imperoche ingrassa, & moltiplica nel corpo la carne, & l'humidità. In somma nessuna cosa è più à proposito à conseruar la sanità, che il giubilare, & viuere allegramente, non turbarsi, non adirarsi, sempre hauer buona speranza della salute. Si che tutte queste cose siano moderate, perche sempre è da eleggere la

Giouentù
Vita.

Mediocrità in tutte le cose.

mediocrità, & per questo disse Hippocrate, la fatica, il cibo, il bere, il sonno, & Venere, tutte queste cose siano mediocri, perche.

Est modus in rebus, sunt certi denique fines,
Quos vltra, citraq; nequit cõsistere rectum.

Sanità.

L'huomo adunq; che vuole esser sano, pratichi per i giardini guardi le verdure, & luoghi ameni, & conuersi cõ amici giocondi, & facõdi, cõ suoni, & canti, che per queste cose si ristora la virtù; & si come la virtù, e la forza s'accrescon co'l cibo, co'l vino, con buoni odori, con tranquillità, & allegrezza, e co'l lasciare le cose, che attristano, & co'l conuersar con gli amici; cosi parimente conferisce ascoltare historie grate, fauole, & ragionamenti piaceuoli, con suoni, & canti, e con diletteuol lettione; mà il leggere non si faccia co'l capo basso, ma eleuato, & cõ occhiali verdi, p corroborar più la vista. Ol-

Leggere.
Occhiali.
Vesti.

tre

tre à ciò conferisce molto vsar vesti pretiose, e di color grato, & portare anelli d'oro, ò d'argẽto, tener vccelletti in casa, che soauemẽte cantino, pratticar per luoghi ameni, caminar all'aer chiaro, e leuarsi la mattina à buon'hora, che non ci è cosa, che rallegri più gl'huomini, che risguardar l'aere chiaro, & leuarsi à buon'hora, che come dice Aristotele, molto conferisce alla sanità, & alli studij. Finalmente è da sapere, che il cielo cõ la sua allegrezza ci hà creati, & con la nostra allegrezza conseruaci. E finalmente da guardarsi nelle auuersità non mancar d'animo, ò nelle prosperità fuor di modo rallegrarsi, come leggiadramente ci ammonisce il Poeta Lirico, con questi versi,

Leuarsi à buon'hora

Allegrezza.

Rebus angustis animosus, atque
Fortis appare, sapienter idem
Contrahes vento nimium secundo
Turgida vela.

&

Aequam memento rebus in arduis
Seruare mentem, non secus in bonis
Ab insolenti temperatam.

Lætitia.

Debbiamo dunq; cõ ogni diligentia ben comporre l'animo nostro, attendendo con ogni potere, à conoscer la verità, che questa è quella ambrosia delli Dei, della quale l'animo si nutrisce, & con la frequentia de gli studij buoni fermar gl' affettuosi motti dell'animo, accioche i fieri desiderij, le mestitie, e i timori, si discaccino lontani, ne permettiamo, che habbino in noi tanto luogo, che ci faccino discostar dal dritto sentiero, & il corpo distrughino: promettendoci dunque la Filosofia, (che è la medicina dell'animo) di estirpare la radice di tutti i mali, lasciamoci sanar da essa, se vogliamo esser buoni, & beati, & da lei prẽdiamo gl'auerti-

Verità Ambrosia delli Dei

Vinerbeazo.

menti

menti del bene, & beatamẽte viuere.

AVERTIMENTI NE I CIBI, ET NEL BERE.

CAP. VI.

Finalmente per conseruar la sanità del corpo humano, è il cibo, & il bere principale instrumento, conciosia che senza i cibi, ne sani, ne infermi possiamo viuere. E dunque l'vso de i cibi necessario, perche essendo tutto il corpo de gli animali in continuo flusso, che in ogni momento di tẽpo si consumano, & risoluono gli spiriti del corpo, & similmente gli humori, & le parti solide, se vn'altra simil sostãza in vece di quella, che s'è risoluta non si ristaura, breuemente si viene alla morte. Al qual mancamento, volendo prouedere il Creatore di tutte le cose, con la sua beneficiẽtia diede à gli huomini i cibi,

Cibo. *Bere.* *Morte.*

bi, ei bere, accioche con il cibo si ristorasse tutto quello, che si era consumato della sostãza piú seca; & co'l bere, tutto quello che dalla piú humida sostanza s'era risoluto. Deuesi dũque nei cibi considerare la bontà, la quãtità, la consuetudine, la dilettatione, l'ordine, il tempo, l'hora, la natura, la regione, & l'età.

Bontade i cibi.

La bontà, & perche quello è buon cibo, che è leggiero, & di parte sottili, di buon succo, & che in breue tẽpo discẽda dallo stomaco, & che presto si digerisca, quel cibo è di buon succo, dal quale si genera buon sangue, & il buon sangue è quello, che è temperato nelle prime qualità, non sottile, nó grosso, non acre, non mordace, non amaro, non salso, ouero acetoso, la bontà del cibo è, che facilmente si alteri, e si digerisca, & questi sono quelli, c'hanno la sostanza lor tenera, & che facilmente si

Cibi buoni.

dissolue,

dissolue, come sono l'oua, le carni di vccelletti, & simili. Mà quei cibi son difficile digestione, che han la sostanza contraria, come sono i cibi di pasta, pan azimo, ò duro, i caoli, cascio vecchio, faue, fagioli, aglij, cipolle, & gl'intestini de gl'animali, tutte cose da fuggirle. Si elegano dunq; quei cibi, che con succo lodeuole ristaurano l'humido radicale, ouero, che non sian grossi, & escrementosi, percioche il calor naturale debile, massime de' vecchi, non può digerire i cibi di grossa sostanza; nè meno siano i cibi debili, cioè di poco notrimento, perche simili hanno breue vita.

Cibi catiui.

La quantità de' cibi si comprende dalle forze; percioche tanto cibo si deue dare, quanto le forze sopportano; cioè che si ristorino, & non si aggrauino, e che si possano digerire, che essendo il calor naturale debole, non si possono cõcuocere, & causano infirmità;

Quantità de cibi.

firmità: per questo si dice, che nõ deuono rallegrarsi quei, che pigliano molto cibo, pche se nõ si doglino al presente, nondimeno non fuggiranno il pericolo.

Vso, Crapula. Astinẽza.

L'vso adunq; de' cibi sia moderato, perche si come la crapula nuoce così la souerchia astinenza non gioua; onde chi vuol attender alla sanità, mangi sempre senza satietà, & che resti qualche reliquia d'appetito, che chi fà altrimente patirà rutti acidi, flussi colerici di soura, e di sotto, nausea, prostratione di appetito, grauezza di testa, dolor di stomaco, opilation di fegato, e di milza, dissenteria, e finalmente febri maligne. Et per q̃sto è meglio lasciar sẽpre qualche cosa alla natura, che quei che si riẽpiono troppo si ritrouano in gran pericolo della vita, ò che il calor naturale si soffochi, ò che qualche vena si rõpa, percioche da i molti cibi, nè

ven-

vengono infirmità, & dalle infirmità la morte. Osseruisi adunque in tutte le cose, massime nel cibarsi, quella sentenza *ne quid nimis*. Niẽte troppo: Non solo nei sani, ma etiãdio ne gli infermi, i quali nel cibarsi deuono hauere la legitima misura, perche l'infirmità diuerse, vogliono diuersa misura del cibo; percioche ne i mali lunghi bisogna cibare più largamente, come più strettamente negl'acuti, e quãdo il male sarà nel suo vigore, bisogna vsar vitto tenuissimo; ma sempre si deue auertire, quanta sia la tolleranza della virtù, e quanto possa durar con quel vitto.

Qualità. La qualità de'cibi, tanto ne i sani, quanto negli amalati, si comprende dalla complessione, la quale è da cõseruare ne i cibi simili ne i sani; ma ne gli infermi, sono da dare cibi di contraria qualità; che nell'humido tẽperamento si cõuengono i cibi secchi,

chi, & nec secco gli humidi, & per questo il cibo humido è conueniente à quei, che háno il tẽperamento humido, come i fanciulli, oueramẽte à q̃lli, che da qualche mal secco sono infestati, come i febricitãti. Si eleggano dunque quei cibi, che secondo la varietà delle cõplessioni siano conuenienti. I sanguigni adunque fuggano i cibi caldi, & humidi, & che generano molto sangue. I colerici si guardino da quei che generano la collera, & cosi i flemmatici, & i malenconici si guardino da quelli, che generano simili humori: Per il che i sanguigni, e i colerici guardinsi dalle cose dolci, come mele, zuccaro, butiro, olio, noci, & simili, & vsino più presto l'aceto, l'agresta, e l'acetosità de' cedri, limoni, & granati. I cibi ancora, non deuono in alcuna qualità eccedere, che quelli che eccedono in calidità, abbrusciano il sangue, come la

saluia,

ſaluia, il pepe, l'aglio, il naſturtio, e ſimili. E ſe la calidità ſarà acquoſa, come ne i meloni, cauſa putredine, e ſe velenoſa come ne i fonghi, ammazza, ſe ſarà humida ſi putrefà, & opila, & ſe la calidità ſarà ſecca, conſuma, & indeboliſce. Mà ſe i cibi ſaran troppo frigidi, mortificano, & cõgelano come la lattuca, la portulaca, e i cocomeri. I cibi ontuoſi leniſcono il ventre, humettano, & accreſcono la flemma, e il ſonno, ſupernatano, & impediſcono la digeſtione. I cibi dolci opilano. Gli amari non notriſcon punto, & abbruſciano il ſangue. I ſalſi riſcaldano, & diſſeccano, opilano, & ſon nociui allo ſtomaco. Gli acuti per la calidità loro riẽpono la teſta, & perturbã la mẽte, come gli agli, il porro; & le carni ſalate. I bruſchi, & ſtitici conſtringono, opilano, & generano ſangue malenconico. Gli acetoſi generano malenco-

nia, nuocono a i membri neruosi, & per questo fanno presto inuecchiare.

Consuetudine.

La consuetudine nel cibarsi è di gran momẽto, onde gli Antichi han detto che la consuetudine è vn'altra natura; onde si come ne i cibi è da hauer rispetto alla natura; così bisogna ancora osseruar la consuetudine, la quale è gran radice nella conseruatione della sanità, e nella curation della infirmità; mà è ben d'auertire, che se la consuetudine sarà cattiua, si deue à poco, à poco mutarla in buona, che le repentine mutationi son tutte da fuggire. Onde è bene di assuefarsi ad ogni cosa, acciochè la mutatione non sia poi dannosa.

L'ordine ancora de' cibi è da osseruare, onde i cibi facili à digerire, facili à descẽdere e che son più teneri pigliãdo dopò supernatano, & si corrõpono. Le cose facili à digerirsi si co-

ſi conoſcono dalla facilità del mangiarli, & del cuocerli preſto al fuoco. Queſti adunque deuono ſempre precedere i cibi contrarij, & ſe ſi haueranno à mangiare cibi arroſto, & alleſſo, ſi cominci dall'alleſſo, come più facile à digerir, & il ſimile s'intenda dell'oua tenere, e late. Sempre adunq; le coſe facili à digerire alle difficili, l'humide alle ſecche, le liq. de alle ſolide, & le lubriche all'aſtringēti ſi preferiſcano. Tutto queſto ſi intende ne gli ſtomachi ben diſpoſti.

Delettatione.

La delettatione ancora è da conſiderare, perche quāto i cibi ſon più ſoaui, tanto più facilmente ſi digeriſcono, che lo ſtomaco più volentieri gli abbraccia: Mà è da auertire, che non per queſto ſi deue ſempre dare cibi cattiui à gli amalati, mà biſogna conceder ſolamente quelli, che nuocono poco, & che il lor nocumēto facilmente corregaſi.

Hora del mangiare

Il tẽpo, & l'hora del cibare è quãdo essendo lo stomaco voto del cibo precedente, & la mattina auanti che l'aere si riscaldi, e la sera quando l'aere comincia à essere men caldo, mà con limitationi, che per otto hore sia vn pasto distante dall'altro, & questo la state in luochi freschi, e cõ panni sottili che non riscaldino, faccino venire il sudore; mà l'inuerno si facci il contrario. Non bisogna oltre à ciò, quando vien l'appetito tardare il mangiare, che il tolerar la fame, riempie lo stomaco di putridi humori, perche non hauendo al tempo dell'appetito altro nutrimento, tira da i luoghi vicini le superfluità, riempiendosi di cattiui humori. L'infermi poi nell'hora del parosismo non si deuon nutrire. Bisogna parimente auertire i tempi dell'anno, perche l'inuerno ch'è frigido, & humido, bisogna mangiar

Tẽpi dell'anno.

assai,

assai, e beuer poco, mà il vino sia potente. La state, che è calda, & secca, si dee auertire di mangiar poco, mà beuer assai, & molto temperato. La primauera è da mangiar vn poco manco dell'inuerno, ma beuere, vn poco più. Così l'autunno si mangi vn poco più che la state, ma si beua manco, & meno inacquato, & à questo proposito si leggono questi versi,

Temporibus veris modicum prãdere iuberis;
Sed calo æstatis, dapibus nocet immoderatis;
Autumni fructus caueas, ne sint tibi luctus;
De Mensa sume quantumuis tempore brumæ.

Età.

Cibi conuenienti à l'età. Fanciulli.

Vecchi.

L'età si considera ancora nel cibare, percioche à i fanciulli si conuengono cibi humidi, & à i gioueni essendo caldi, & secchi, si conuengono cibi contrarij. A i vecchi son buoni i cibi, che riscaldino, & humettino le solide parti loro. I fanciulli oltre à ciò bisogna cibarli spesso; p hauer il calor naturale gagliardo; ma à i vecchi sa

chi si conuengono pochi cibi, essendo debile il lor calore. Più nutrimento ancora vogliono i fanciulli, e i giouinetti; ma minor quantità ricercano i gioueni, & i vecchi: & per questo i vecchi tollerano facilmente il digiuno, nel secondo luogo sono i gioueni, manco lo tollerano i giouenetti, & meno di tutti i fanciulli, massime quelli che son più viuaci.

Gioueni.

Regione.

Le regioni ancora nell'elettion de i cibi son da considerare, perche l'herbe, i frutti, e le carni, le quali in Italia, e nella Grecia quelle di Montone son poco gioconde, & in Francia, & in Spagna son più soaui, & più sane; & per lo contrario le carni di vitella sono in Italia migliori, che in Francia, & in Spagna, & questo procede ò dal cielo, ò da pascoli.

Natura.

La natura finalmēte è da cōsiderare di ciascuno, & le particolari proprietà, & p q̄sto bisogna che l'ottimo

Medico

Medico sia Filosofo; Percioche alcuno abhorrisce il cascio, altri il vino, altri l'aglio, altri che son magri, è di calda, & secca complessione, due ò tre volte il giorno desiderano di mãgiare, & altri che son grassi, & humidi, si cõtentano mangiare vna volta sola il giorno, che à quelli, che hanno i corpi grassi, & grossi, il mangiar due volte il giorno è nociuo.

Bisogna oltre à ciò nel cibare osseruar le regole infrascritte.

Regole nel cibarsi.

I. Nõ si mãgia à satietà, percioche se si piglia più cibo di quello che lo stomaco possi tollerare; nascono infinite crudità, & per questo è meglio astenersi vn poco, che riempirsi troppo; perche com'è scritto, ammazza più la crapula, che il cortello, che la souerchia copia de i cibi, soffoca il calor naturale, come la grã copia di olio estingue la fiãma della lucerna; & per questo bisogna leuarsi

da tauola con appetito, come non bisogna entrarci senza appetito.

II. La varietà de' cibi, & la diuersità delle viuande è da fuggirla, perche apporta molte infirmità, massime se i cibi saran di contraria qualità, perche si impedisce la loro cõcottione, & si corrompono, e si come la varietà de cibi diletta al palato, cosi nuoce alla sanità: Onde interrogato vn saggio huomo, perche nel pranzo si contentaua d'vn cibo solo: Rispose, Per non hauer troppo bisogno del Medico Onde vn cibo semplice è vtilissimo, come la diuersità de' sapori è pestifera, e la moltitudine delle viuande è dannosa. Et per questo gli Antichi viueuano molto più di noi, perche vsauano vn semplice cibo, cioè pane, e carne, & per questo la vita nostra è breue, & esposta, à tante infirmità. Non veggiamo noi i caualli, ei buoui, e gl'altri animali irra-

tiona-

tionali poco hauer male, sempre vsãdo vn cibo medesimo? & per questo quel Filosofo venendo in Italia, di due cose restò merauigliato, l'vna che gli huomini mangiassero due volte il giorno, & che non dormissero mai soli.

III. Che standosi à mensa non si ragioni molto, accioche nõ si prolunghi il tempo della mensa, & che il primo cibo sia digerito prima che l'vltimo, & cosi le parti del cibo si faccino dissimili nel digerirsi, che ne segue corruttione, & putredine.

IIII. Che non si rimanghi poco dapoi, aggiungendo cibo à cibo, fin che il primo non sia digerito.

V. Che i cibi si mastichino bene, che questa si chiama la prima concottione, & è quasi meza digestione, doue che la mala mastigatione, impedisce, e ritarda la digestione, nè si deue velocemẽte inghiottire, come fanno i golosi,

i golosi, ma si mastichino i cibi à bastanza prima che si inghiottino, & si faccino i bocconi piccioli.

VI. Che ogni cibo caldo è meglio che il rifreddato, massime l'inuerno, che l'attual calidità del cibo tempera la frigidità del bere, mà non si deue mangiare però calidissimo. Piace il cibo caldo, perche essendo la fame vn desiderio di cose calde, e secche, sempre desidera i cibi caldi, come la sete, che è appetito di cose frigide, & humide, appetisce le cose frigide.

VII. Che l'inuerno si vsino i cibi grossi, perche in quel tempo il natural calore è più vnito ne gli interiori, che il contrario auiene la state, & p questo in quel tempo si conuengono cibi debili, & leggieri, essendo all'hora il calor naturale debile.

VIII. Che il cibo sia doppio al bere, il pane sesquiduplo all'oua, triplo alla carne, e quadruplo à i pesci,

pesci, all'herbe, & à i frutti.

IX. Che i brodi non s'vsino troppo nelle mense, che fanno inodare i cibi nello stomaco, rilassandolo, & leuando l'appetito, generano molta humidità, dalla quale poi si generano varie infirmità; doue che quelli che mãgiano cibi secchi viuono più lungo tempo.

X. Et perche finalmẽte ne i cibi, & nel bere è difficile fare ogni cosa rettissimamente, & non errar mai, per questo è vniuersalmente da osseruarsi, che se alcuna volta si mangino cose cattiue, si contemperino con i cibi contrarij.

CHE COSA SI HA DA FARE DOPO IL CIBO.

SEmpre dopò il cibo si piglia qualche cosa stitica, senza beuerci sopra niẽte, ò poco, come pera, nespole, co-

le, cotogne, vn poco di cascio, o vn poco d'acqua fresca, che con queste cose si sigilla la bocca dello stomaco onde il calor naturale si fà più gagliardo, e si impedisce l'ascender de i vapori alla testa. Molti prendono dieci coriandoli inzuccherati, altri vn pezzo di cotognato, quale aiuta la digestione, e la debolezza dello stomaco, & per questo disse il versificatore,

Cotognato.

Si vis me mitem si vis dirimere litem.
Da diacidonitem, da mihi frater item.

Et dopò il cibo bisogna passeggiare alquanto, e poi sedersi, Onde si dice.

Post cibum aut stabilis, aut gradu lente meabis.

QVAL

QVAL DEVE ESSERE PIV COPIOSO IL PRANSO, O LA CENA.

Cena. Pranzo.

MOlti dicono, che la cena deue esser più copiosa, che il pranzo, massime l'inuerno, essendo che il calor naturale la notte si ingagliardisca; mà il contrario poi nell'infirmità, & la state, che il pranzo deue esser più lungo, se non vi sia sospetto di parosismo. Perche poi la cena più copiosa sia più sana, dicono procedere perche la frigidità della notte, riuoca il calor naturale all'interiori, onde si fà meglio la digestione, & la concottion de i cibi: oltra che il sonno concuoce ottimamente i cibi, nō solo nello stomaco, mà in tutto l'habito del corpo; & nel veggiare accade il contrario, che il calor naturale si estende nelle parti esteriori del cor-

corpo, debilitandosi nell'interiori. A questa opinione, è contrario l'vso; massime in quelli, che sono esposti à catarri, & à mali flemmatici; imperoche la sera il calor naturale, per i negotij del giorno stanco, non è cosi gagliardo come la mattina; e la sera il cibo della mattina non è ben concotto: la risolutione di questo dubbio è, che la cena deue esser più leggiera, massime in quelli, che son disposti à morbi notturni, come sono catarri, destillationi, & simili: oltre che dalla copiosa cena, si fan molte euaporationi alla testa, onde non poco ne resta offesa, & per questo ne i mali del ceruello si deue poco cenare: nè osta che sia manco interuallo di tempo dalla cena al pranzo, che dal pranzo alla cena, & per questo la sera maggior copia de cibi si concuocerà; perche non il numero dell'hore, mà l'attion della virtù è quella

Cena più leggiera.

che

che conuoce, la quale la mattina fatta per il ſonno più forte, viene à eſſere più valida; & per queſto, a quel tempo più che la ſera conuiene più copioſo cibo: Perche,

Cibo copioſo.

Ex magna cena ſtomaco fit maxima pœna.
Vt ſis nocte leuis, ſit tibi cœna breuis.

&

Cena leuis, vel cena breuis fit rarò moleſta;
Magna nocet, Medicina docet, res eſt manifeſta.

AVERTIMENTI NEI FRVMENTI.

I Frumenti ſono chiamati il Farro, la Segala, l'Orzo, il Grano, & la Spelta. Si conoſcono i buoni dal colore, dello ſplendore, dal peſo, dall'odore, & dall'età: percioche i frumenti nuoui ſon troppo humidi, & viſcoſi, & difficilmente ſi digeriſcono, & ſon ventoſi. Gli antichi ſon ſecchi, & poco nudriſcono.

Frumenti.

FARRO.

FARRO.

Vtile Far stomacho, ventriq; salubre fluentis
Estq; boni succi, atq; impinguat, sistit, & aluũ,
Ventriculusq; æger facilè non concoquit illud:
Attamen id capitis poterit mulcere dolorem:
Hoc vitare senes debent, namq; inflat, & affert
Viscosum, & crassum succũ, sed ad illa fugãdũ.
Melle hoc conditum sit, sacchareoq; liquore.

Nomi. Chiamasi da Lat. *Far*, da Ital. *Farro*.

Farro.

Scielta. Il miglior farro è quello, che è fresco, & ben mondo.

Qualità. Hà le medesime qualità, che il grano, & l'orzo, mà nelle prime qualità è temperato.

Giouamenti. E il farro di gran nutrimento, & per questo mangiato ne i cibi nutrisce bene, & ingrassa i magri, & da maggior nutrimento, che l'orzo, & perche è di grosso nutrimento conferisce ne i flussi, e ne' catarri come il riso. Mà cotto ben in brodi grassi mollifica il corpo. I Romani

Magri ingrassare.

vſarono il farro per farne il pane molti anni.

Faſſi il farro di grano, mettẽdolo à molle nell'acqua per vn poco, poi nel mortaio ſi ſcorza, e ſi ſecca al Sole, & indi ſi macina groſſamente, di modo che d'vn grano ſe ne faccino quatrro, ò cinque parti, & ſecco riſerbaſi; è di buon nutrimento in tal maniera, che può emendare i vitioſi humori, che nello ſtomaco ſi conteneſſero.

Farro di grano.

Nocumenti. Non eſſendo ben cotto, & preparato genera groſſi, & viſcoſi humori, & è ventoſo, & mangiato da chi hà lo ſtomaco debole difficilmente ſi digeriſce: & per queſto non ſi conuiene à vecchi, & vſato troppo ſpeſſo opila il ſegato, & genera le renelle.

Rimedi. Correggaſi il farro cuocẽdolo molto bene con aceto, & con porro, & cõdito con mele, ò zuccaro

perde la sua viscosità, & facilmente si digerisce, & cotto in buon brodo, è ottimio cibo per i sani, & per gl'infermi, pur che moderatamēte si mangi.

Farrate.

In molti luoghi se ne fanno torte, chiamate farrate, che per la conditura loro sono grate al gusto, & son di grande, & buon nutrimento.

GRANO.

Aere cōcoquit Triticū, *sed calfacit, atq;*
Obstruit, offēditq; caput, flatuq; redūdat,
Vētriculūq; grauat; fomētaq; plura mini

Grano.

Nomi. Lat. *Triticū*, Ital. *Grano.* (*strat.*

Spetie. Sono molte spetie del grano, nominate da i paesi, dal colore, dalla facoltà, dalla forma, dal numero delle spiche, & dalla grandezza.

Grano ottimo.

Scielta. L'ottimo grano è qllo che è ben maturo, denso, & duro, che à pena con i denti si rompa, & sia nato in grasso terreno, netto da ogni mescuglio, pieno, graue, lucido, liscio, di

color

color d'oro, & di quello almen di trè mesi. Quello che si raccoglie in montagna è migliore, massime l'Italiano, il quale supera tutti.

Giouamenti. Nutrisce grandemente, & il suo nutrimento è sodo, & valorosamente corrobora. La farina di grano cotta in latte, ò in acqua con butiro lenisce l'asprezza della gola, mitiga la tosse, gioua à gli sputi del sangue, e all'vlcere del petto, & cotta in acqua melata mitiga tutte l'infiammaggioni interne: onde se ne fà la farinata, laquale fatta con acqua, e penidi è cibo conueniente à quelli, che patiscono la pontura.

Farina.

Farinata.

Nocumenti. E cibo graue, & difficile à digerire, genera humori grossi, & viscosi, mangiato cotto genera ventosità, & pietre nelle reni, & nella vessica, & moltiplica i lumbrici nel ventre.

Rimedi. Si leuano i nocumenti

del grano co'l cuocerlo bene, & co'l condirlo con buone ſpetie, che coſi manco ventoſo, & più facilmente ſi digeriſce.

ORZO.

Hordea dant nocuũ panem, ſine crimine ſuccũ,
Temperat hic bilem, ſiccat, alitq; bene:
Sicca gelu parui medicæ ſunt hordea cęnæ,
Febribus in calidis, pectoribuſq; fauent.
Inflant, occulſæ veſſicæ clauſtra relaxant,
Nullus ea adſtricti corporis æger edat.

Orzo.

Nomi. Lat. *Hordeum.* Ital. *Orzo.*

Spetie. Ritrouanſene di più ſorti, ſi come ſi vede ne i granelli, & nelle ſpicche loro, differenti di forma, & di grandezza, & anco nell'ordine de' granelli.

Scelta. Il miglior orzo è quello, ch'è denſo, ponderoſo, liſcio, bianco, & mezano, trà il nuouo, e'l vecchio.

Qualità.

Qualità. E l'Orzo freddo, & secco nel primo grado, oltre l'hauer alquã- to dell'asterſiuo, & del mondificati- uo; la ſua farina è più diſſeccatiua, che quella delle faua monde, nutri- ſce molto meno del grano.

Giouamenti. Nutriſce l'Orzo, & fa- cilmente ſi conuerte in carne, & è in grande vſo in diuerſi caſi della me- dicina, apre l'opilatione della veſſi- ca cõ la ſua virtù aſterſiua, & mitiga con l'altre ſue qualità l'acutezza de gl'humori. L'orzata è humida, & aſter ſiua, & daſſi felicemente a i febrici- tanti, che eſtingue lor la ſete, gioua nelle infirmità del petto, & è otti- mo rimedio per gli ethici, percioche è di buono, & copioſo nutrimento, & quantunque ſia frigida, è nondi- meno facile à digerire, leniſce il pet- to, facilita lo ſputo, mitiga la toſſe, & mondifica il polmone; ma fanno errore coloro, che volendo, che ella

Orzata.

Error nel l'orzata.

habbia dell'asterſiuo, gittan via la ſua decottione, & la ſtemperano in ſua vece cō brodo di pollo, che quella virtù ſe n'è andata nella decottione; & quando ſi hà biſogno dell'aſterſione, ſi cuoca l'orzo con la ſcorza, mà quando ſi vuol refrigerare, & diſeccare; ſi cuoca ſenza la ſcorza.

Nocumenti. E l'Orzo ventoſo, & il pane fatto d'Orzo genera freddi, & groſſi humori. L'orzata facilmente ſi inacetiſce, è ventoſa, & poco amica dello ſtomaco.

Cottura nell'orzata.

Rimedi. Cotta l'orzata con diligēza, inſieme con hiſſopo, ſpico nardo, ò cinnamomo, è manco ventoſa, & rendeſi grata allo ſtomaco, & meglio nutriſce, maſſime aggiūto il zuccaro

---

P A N E.

Triticeus Panis lęta ex regione ſalubris,
Nec ſapiunt lautæ ſi ſine pane dapes.

Fer-

Feruet, & artificis cura conditus amica,
Fæcundo vincet salgama quæq; cibo:
Pituitā fermenta adimunt huic mixta tenacē;
Sed faciles aditus membra ad alenda dabit.
Ars bona, si geniti sumus, vt moriamur, amica
Nos tamen æternum viuere quæris ope.

Nomi. Lat. *Panis.* Ital. *Pane*, & è cosi chiamato, perche pasce, oueramente viene da Pan Greco, perche si confà con tutti i cibi, & non si fà insipido, anzi dà loro, & gratia, & sapore.

Pane.

Spetie. Dalla sostanza, & dal modo del cuocerli si variano le differenze del pane.

Qualità. E caldo, & secco nel primo grado.

Scielta. Il pane fatto di buon grano ben fermentato, & ben cotto, con vn poco di sale, fatto di fiore di farina, è perfettissimo.

Giouamenti. Nutrisce il pane bē fatto gagliardamēte. Hà il pane trè parti, cioè la crosta grossa, la sottile, &

Parte del pane.

la mollica; la crosta sottile è ottima, & dà buon nutrimento solido, & molto salubre; il pan semoloso presto si digerisce.

Nocumenti. Nuoce grandemente il pane mal cotto, mal fermentato, & non salato, massime in Roma humidissima; gli azimi, & subcineritij pani sono molto nociui, che fanno opilationi, & non si digeriscono. Il pane che si fà di gioglio fà doler la testa, & imbriaca, & nuoce alla vista, & per questo le donne in Italia lo scielgono con gran cura, e diligenza dal grano, & lo serbano per notrir le galline. Il pan di spelta è graue, & difficile a digerire.

Aizmi.

Pan di gioglio.

Rimedi. Il pane non apportarà danno alcuno, ogni volta, che sarà ben fermentato, & moderatamente salato, & cotto à moderato fuoco, che cosi gli si leuano tutti i nocumenti.

Sale.

AVER-

AVERTIMENTI NEI LEGVMI.

SONO tutti i legumi poco grati, & soaui al gusto, & per questo non sono vsati da tutte le nationi, nè ogni persona, che appresso à i Prencipi non sono in vso alcuno, come ancora trà Germani, & Greci, perche difficilmente si digeriscono, ò crudi, ò cotti, che si mangino, causando dolori di gionture, & podagre, & sono ventosi, & infiatiui, & per questo non son conuenienti nel reggimento della sanità, nè nel principio, ne nel fin della mensa, non nel principio, perche alzano poi gl'altri cibi alla bocca dello stomaco, nè in fine, perche inducono sogni malenconici, & cattiui, & generano ventosità, & rutti, che aprono l'orificio dello stomaco, & esalando il calore, la digestione s'impedisce. Però vsandosi alcuna volta, si prendano in mezo de gl'al-

Legumi.

Podagre.

Legumi come si curi.

gl'altri cibi, che in questo modo temperassi la malitia loro.

CECI.

Sit Cicer, extergit, lac auget, sperma, colorem:
Inflat idem & lapides frangere sæpè solet:
Feruet, & arescit simul omne sed ignea vincũt
Subnigra pulmoni prima alimenta tuo.
Hæc reduci formæ, & uocũ concentibus apta,
Si data sint mensas inter vtrasque tibi.
Cortice non posito renes, iecur, atque lienem,
Vesicamq; fouent, & venerem faciunt,
Hęc bona sũt, turgẽt sed aquosa virẽtia Tusci
Cur tamen in primis ortibus ista vorant:

Ceci. Nomi. Lat. *Cicer*. Ital. *Cece*.

Spetie. Ritrouansene dei bianchi, dei neri, & dei rossi: i banchi son chiamati da alcuni colombini: i rossi venerei, perche più de gli altri eccitano venere: & i neri arietini, perche si rassimigliano alla testa d'vn ariete.

Qualità. Son caldi, & secchi nel primo grado, & i rossi son più caldi de i bian-

bianchi, digeriſcono, incidono, aſter gono, & eſpurgano.

Scielta. Si prendano quelli, che ſon ben groſſi, & pieni, & non pertugiati, ne mangiati da gl'animali, & i bianchi ſono più à propoſito per cibo, che per medicamento, mà gl'altri ſon più conuenienti per medicina, che per cibo.

Giouamenti. Sono i ceci di copioſo nutrimẽto, atti à mouere il ventre, à prouocar l'orina, à generare il latte, & il ſeme, onde eccitano venere, prouocano i meſtrui, & l'arietino prouoca più efficacemente de gl'altri l'orina, & la ſua decottione mondifica il fegato, leua l'opilatiõ della milza, rompe le pietre, fà buõ colore, cõferiſce al polmone, purga il petto, chiarifica la voce, & facilità il parto.

Orina.

Pietre.

Ceci freschi.

Nocumenti. Danno i ceci veramẽte copioſo nutrimento, mà ſono ventoſi, & mangiati freſchi, & mal cotti gene-

genererano molta superfluità nello stomaco, & negli intestini, & nocciono alle reni, & alla vessica.

Rimedi. Sono manco nociui tenendosi vna notte à molle, & cocendo con loro rosmarino, saluia, aglio, & radiche di petroselo, ma bisogna vsar più il brodo loro che i ceci, & accompagnarlo con mosto cotto, & cinnamomo, & mangiarne in poca quantità.

Brodo di ceci.

CICERCHIE.

Calfacit, & siccat retinetq; Cicercula easdem
Cum pisis vires æqueq; est vtilis ad res.
E tumidos auget magis vda Cicercula ventres,
Et stomachum calido dura minore grauat.

Nomi, Latin. *Cicercula*, *Pisum Græcorum*. Ital. *Cicerchia*.

Cicerchia.

Spetie. Ritrouansene di due sorti, cioè domestica, & saluatica.

Qua-

Qualità. E calda, & secca, & non si conuiene à i vecchi, nè meno à stomachi deboli, perche gli aggraua.

Scielta. Le migliori sono le grosse, & le bianche, & le intiere, & che non sian pertugiate da vermi, che si generano in loro, se non sono ben secche al sole, quando si raccogliono.

Giouamenti. Sono le cicerchie cibo delle pouere persone, che rare volte ne mangiano i ricchi: hanno le medesime virtù, che i piselli, & vagliono alle cose medesime, mà più efficacemente prouocano l'orina, e sono più grati ne i cibi: & sono simili à i ceci ne i medicamenti; danno nutrimento simile à quel de i faggiolimà nutriscono più, per essere di più grossa sostanza.

Nocumenti. Sono le cicerchie non molto facili à cuocere, & difficili à digerire, onde poi grauano lo stomaco, & riempiendo il capo, causano à chi

Cicerchia di varie sorti.

Vertigini à chi le mangiano vertigini, & generano ventosità.

Rimedi. Si tengano per vna notte à molle, poi si cuocano con satureggia, mentuccia, ottimo, con olio, & aglio, ouero si condiscono con sale, pepe, senape, & aceto, si possono vsar da quelli, che si ritrouano lo stomaco gagliardo, & che s'affaticano assai; mà non da quelli, che sono delicati, & viuono in otio.

FAVA.

Est Faba difficilis coctu, mala somnia gignit,
Inflat, alit magis est noxia quando viret.
Vda prius, mox hæc fit terrea, turgida semper
Est tamen, & poterit somnia ferre mala.
Fresa minus nocua est, crassos parit illa liquores
Albentem, intactam gurgulione legas;
Pectoribus, fluidæq; aluo vix commoda, ventri
Et capiti est morbus, dedita testiculis.
Hanc pipere, & celebri poteram cõdire culina.
Vendicat hanc vilis sed sibi rusticitas.

Nomi.

Nomi. Lat. *Faba*. Ital. *Faua*.

Qualità. E frigida, & secca la faua nel primo grado, mà le verdi sonno frigide, & humide, & sono poco lontane dal temperamento nel dissecare, & nell'infrigidire astringono, risoluono, disseccano, astergono, ingrassano, & son ventose. Son buone le faua ne i tempi freddi, per le genti rustiche, & le fresche sono buone per qlli, che hãno lo stomaco calido.

Faue.

Faui verdi.

Scielta. La miglior faua è quella, ch'è grossa, netta, lucida, senza macchie, & che non sia stata forata da vermi.

Faue ottime.

Giouamenti. La faua è di grã nutrimento, ingrassa il corpo, espurga il petto, e'l polmone, & per questo gioua alla tosse, & fà la voce chiara. La sua decottione beuuta prohibisce le pietre nelle reni, & nella vessica, & per certa proprietà sua diuertisce la faua, che le destillationi non vadino

al

al petto, ch'eccitarebbono gran tosse, prouoca il sonno, & gioua l'hemimicranea.

Nocumenti. Genera carne molle, & spognosa, facendo nella carne quello, che fà il fermento nella pasta gonfia il corpo genera dolori colici, & rutti, perturba la mente, fa grosso ingegno, fà stupidi i sensi, e causa sogni torbulenti, & pieni di trauaglio.

Faue fresche. Le verdi generano molti escremẽti, & più leggiermente nurriscono, nuocono à chi sente dolor di testa, & fann'opilationé, ventosità, & grossi humori.

Faua franta. *Rimedi.* La faua franta è più sicura, & manco ventosa. La fauetta che si fà la Quaresima fritta con olio è manco vẽtosa. Cotta le faue cõ sale, origano, ò finocchio, & olio, sõ manco nociue, & cosi coucendoui dẽtro della cipolla, ò mangiãdola insieme cruda, ò cuocẽdola senza, scorza, cõ

porro

porro ſoffritto, aggiungendoui poi zafferano, & pepe, & canella, ò cimino, che coſi leua loro la ventoſità, & nõ gonfiano, & più facilmente ſi digeriſcono. Le freſche mangiate ſenza la ſcorza cõ vn poco di ſale dopò gli altri cibi, danno miglior nutrimẽto, non generano ſangue cattiuo, & non ſon tanto ventoſe: ſi deuono in ſomma correggere con coſe che riſcaldino, & aſſottiglino.

FAGGIOLI.

Cit locium hortenſis Similax ſomnoq; tumultũ
Excitat, inflat, alit, praua alimenta creans.
Dũ calet arenti, & tibi manditur ore Phaſelus
Mox facit infirmo turgida membra cibo.
Si rubet, eſt melior muliebra fortius effert:
Hanc fuge ſi placidæ ſomnia noctis amas.
Si pipere & mulſo facit coquus arte ſalubrẽ,
Dic mihi, naturæ ſeruit an iſte gulæ?

Nomi. Lat. *Similax hortenſis, Phaſelus, & Phaſelus.* Ital. *Faggioli.* Faggioli.
Spetie. Ritrouanſene di più ſorti, cioè

bianchi, rossi & variati di molti colori, & trouãsi ancora de gli Indiani.

Qualità. Son caldi, & humidi nel primo grado: mà i rossi sono più calidi de gli altri. Non son cibo da delicati, & otiosi, mà da quei, che s'affaticano, & che han gagliardo lo stomaco.

Scielta. Son buoni i rossi; & quei che non sono pertugiati, e quei che facilmente si cuocono.

Giouamenti. Generano il seme virile, & solecitano al coito; la decottion de i faggioli rossi beuuta fà orinare, prouoca i menstrui alle donne, & ingrassa il corpo. I cornetti de i minuti faggioli si lessano, & acconciansi in insalata, & mangiansi saporitamẽte co'l pepe: ouero lessi prima, & infarinati, & fritti nell'olio, o nel butiro, & acconci con pepe, & con agresta, che così eccitano l'appetito, & mollificano il corpo. Mãgiati crudi pro-

Cornetti de i faggioli.

di prouocano il vomito, & giouano al petto, & al polmone.

Nocumenti. Sono i faggioli più delle faue nociui, fanno molto vento; inducono la nausea, grauano lo stomaco, fanno cattiui sogni, vertigine, & aggrauano la testa generando humori grossi, & viscosi, essendo ancora difficili à digerire, e generano dolori colici.

Testa.

Dolori colici.

Rimedi. Non fanno tanto affanno allo stomaco quando si mangiano con pepe, o carui; si leua ancor il lor nocumento cuocendoli con olio, sale, pepe, senape, & aceto; & sopra di loro s'hà da beuere il vino senza inacquarlo punto. L'origano ancora, & il cimino, & tutti gli aromati leuano i nocumenti loro.

LENTICCHIE.

Lens oculis nocua est, stomachoq; adstringit, & inflat,

Non bene concoquitur, somnia terra facit.
Aluus ab igne leni Lentis siccata tumescit.
Hordea si reddant, dic Medice innocuam.
Illa melancholicos (neruis inimica, & ocellis,
Nec satis est) Morbos, somnia dura mouet,
Scilicet extollat pelusia munera Nilus,
Dulcia si addideris toxica dira facis.

Lenticchie.

Nomi. Lat. *Lens.* Ital. *Lente, & Lenthiccia.*

Spetie. Ritrouansene varie spetie differenti solo nel colore, & nella grandezza.

Scielta. La migliore è quella ch'è bianca, & che piu presto si cuoce, e che posta nell'acqua, quando si leua fuori, subito si secca, & non lascia l'acqua nera.

Qualità. È calda temperatamente, & secca nel secondo grado. Non è buon cibo per i colerici, ò malenconici; ma è buona p i flemmatici, & ne i tempi humidi, & frigidi.

Giouamenti. Estingue gli appetiti venerei, & il seme genitale, leuando l'acu-

l'acutezza, & la furia del sangue; & per questa la lenticchia è molto conueniente à quelli, che vogliono viuere castamẽte. Cōforta la bocca dello stomaco. Et māgiādosi le lenticchie cō la prima decottione, soluono il ventre, & con la seconda lo stringono; & ricuocendosi vn'altra volta fermano i flussi. La decottion delle lenticchie dassi vtilmente à i fanciulli che patiscono morbiglioni, & corrobora gli intestini.

Viuere castamente.

Morbiglioni.

Nocumenti. Nuoce alla vista, & al coito, è inimica allo stomaco, & à gli intestini, & difficilmente si digerisce. Diuenta pessima quando si cuoce cō la carne salata. Nuoce à malēconici, fà veder sogni horribili. Ingrossando il sangue, fà opilationi, & impedisce il corso dell'orina, & de i mestrui, & riempie la testa di fumosità grossa, & nuoce à i nerui, & al polmone.

Carne salata.

Rimedi. Cotta con menta è manco

ventosa, & cotta con bietola, ò con spinacci è manco nociua, & parimente condita con mele. L'inuerno si deue più che in altro tempo mangiare.

LVPINO.

Vtilis est iecori, stomacho, spleniq; Lupinus.
Enecat hic tineas, crassa alimenta parit.
Siccior ardescit rudis, incultusq; Lupinus,
Hic conuiua tibi rustice durus eat.
Lumbricis est mors, pleno iecori, atque lieni
Et præsentis opis renibus esse solet.
Gratia sit natura tibi: si villicus illum
Non colit, ipse sua est tutus amaritiæ.

Lupinus. *Nomi.* Lat. *Lupinus.* Ital. *Lupino.*

Spetie. Ritrouansi due sorte di lupini, cioè domestici, & siluestri. I siluestri non sono in vso per cibo.

Qualità. Sono i lupini caldi, & secchi nel secondo grado.

Giouamenti. I lupini cotti prima, & poi macerati nell'acqua nutriscono man-

mangiati, eccitano l'appetito, & leuano i fastidij dello stomaco, amazzano i vermi, apron l'opilationi del fegato, & della milza, e fan buon colore; si moltiplica il pane con la farina de i lupini, & delle faue, facendo dolci i lupini, seccandoli al forno, & poi macenandoli, ch'aggiunta questa farina à quella di grano lo moltiplica bene, & è pane buono, facile à digerire, & sano, & fatto, & custodito bene.

Pane si multiplicano i lupini.

Nocumenti. Generano grosso nutrimento, & son difficili à digerire, essendo di dura, & terrestre natura.

Rimedi. Cotti prima, & macerati poi in acqua son manco nociui, massime se si mangiano con sale, ò con qualche cosa aromatica.

MIGLIO.

Sistit, & exiccat Milium, mulcetq; dolores,
Frigidus ex illo est Panis, aliiq; parum.

Sunt ieiuna aluum durantia grata dolori.
Si Milia ignitis sint prius usta focis.
Lactæ incocta fouet, molli vel inusta liquore.
Plenius, at cœnæ tarda tenacis erunt.

Miglio. Nomi. Lat. *Miliū*. Ital. *Milio*, & *Meglio*,

Qualità. E frigido nel primo grado, & secco nel principio del terzo grado. Il panico è simile al miglio.

Panico.

Pane di migli.

Giouamenti. Se ne fà pane con la sua farina, & co'l latte, che nutrisce assai bene, altri vi mescolano il grasso di porco, ouero olio, e ne fanno pizze per mangiare, che seruono al tempo della carestia. Se ne fanno ancora le torte da nostri contadini, che le mangiano il verno con molto gusto. Ferma il ventre.

Nocumenti. E cibo molto vētoso, difficile à digerire, & di cattiuo nutrimento, nutrisce poco, & nuoce allo stomaco.

Rimedi. Cotto il miglio con latte, ò con mele, è manco nociuo, con

tutto

tutto ciò non si dee mangiar se non da quelli, c'hanno lo stomaco molto gagliardo. Cotto ancora il miglio in brodo è manco nociuo, massimè essendo accompagnato con buone specie.

PISELLI.

Tarde excernũtur, gignuntq; recentia ructus
Pisa, sed in cunctis sunt meliora Fabis.
Sub cane sicca parũ frigentia Pisa parabunt.
Cortice deposito pabula sana tibi.
Sed melius sapient, si dulcis amygdala succum
Præstiterit, mira sic iubet arte gula.

Nomi. Lat. *Pisum.* Ital. *Piselli.*

Piselli.

Qualità. Son frigidi nel secondo grado i freschi, & i secchi nel primo, & humidi temperatamente. Diseccano alquanto manco delle faue, & rinfrescano, ma non son tanto vento si come le faue, & non hanno virtù astersiua.

Scielta.

Scielta. Son buoni freschi, teneri, che non siano toccati da animali, & che siano senza vermini.

Giouamenti. Generano buon nutrimento. Mangiansi come le faue, mà sono differenti in questo, che i piselli nõ sono così ventosi nõ hano virtù astersiua, & però non escono fuor del corpo mangiati così facilmente, come fanno le faue. Cuocendosi con loro la bieta muouono il corpo. I freschi son molto grati al gusto, eccitano l'appetito, nettano il petto, sanano la tosse, giouano all'asma, & à tutte l'infirmità del petto. Serbansi questi freschi secchi all'ombra, & si mangiano l'inuerno, che son al gusto gratissimi.

Piselli freschi.

Nocumenti. Generano ventosità. I freschi mangiati co i loro bacelli muouono i rutti, fanno sospiri, & inducono strani pensieri, non si digeriscono troppo bene, e nuocono à

quei

quei c'hanno i denti deboli. Si deuono mangiar'i freschi la state, ne i tẽpi, paesi, & complessioni calide.

Rimedi. Bisogna che sian ben cotti con sale, & con molto olio, ponendoci poi sopra pepe, & sugo d'aranci, ò d'altri frutti acetosi. Mà l'olio d'amandole dolci è il vero condimento de i piselli.

Cottura de' piselli.

RISO.

Insuauem dat Oriza cibum, sed supprimit aluũ
Crassa alimenta parit, concoquiturq; male.
Cum tepeat vẽtrẽ retinens, & amygdala iungi
Lacte, vel exposcat. siccat oryza magis.
Sic pulmenta feret tibi plurima, si tamẽ inflat,
Nequitiæ poterit promptior esse tuæ.
Sed mmeo, patinas vexat diuturna calentes:
Cis te parum veneri fiet, & apta gulæ.

Nomi. Lat. *Oriza.* Ital. *Riso.*

Riso.

Qualità. È caldo nel primo grado, & secco nel secondo, hà alquãto

del

del costrettiuo, & però ristagna, è asterſiuo, & hà alquanto dell'acerbetto.

Giouamẽti. Si cuoce il riſo nei brodi graſſi, & nutriſce aſſai: & è molto aggradeuole al guſto. Aſtringe il corpo, & ſana i fluſſi, è cibo temperato, & ingraſſa il corpo. Cotto col latte è di maggior nutrimento. Gioua à i dolori dello ſtomaco, & delle budella cotto con olio, ò con butiro condito con amandole, latte, & zuccaro; accreſce lo ſperma, & è di maggior nutrimento, mà è groſſo, & difficilmente ſi digeriſce. Dato con la ſcorza alle galline, fà far loro molte oua. Della farina del riſo, carne di capone, latte d'amandole, ſucco di limoni, e zuchero aſſai ſi fà il bianco mangiare, molto ſoaue, & grato.

Oua.

Bianco mangiare

N ocumenti. Vſato lungamente il riſo fà l'opilationi, & facendo ventoſità, nuoce à chi patiſce dolori colici.

Rimedi.

Rimedi. Si rimedia à i nocumenti del riso, lauandolo molto bene prima, & infondēdolo nella decottion della semola, & poi si cuoce con brodi grassi, ò con latte di vacca, ouero d'amandole dolci, ò in olio d'amandole dolci, mettendoui sopra zucchero, & canella. E buono l'inuerno per quei, che si faticano, & per i giouani; mà per i vecehi, & flemmatici è molto nociuo, però bisogna che sia ben cotto, il che si conosce quando s'è fatto lungo, & diuenuto bianchissimo.

Cottura di riso.

AVERTIMEMTI NE GLI HERBAGI.

TVtti gli herbaggi sono di poco nutrimēto, & di cattiuo succo sottile, et acquoso, & han molta superfluità, & p ǭsto intorno à loro si osseruino ǭste regole.

Regole intorno à li herbaggi.

I. Che si mangino in poca quantità, & pche meglio nutriscão si cuocano in brodi.

II. Che

II. Che non si mangino crudi, eccetto alcuna volta la lattuca, & la procacchia con l'aceto per temperare il feruore del sangue, & l'ardor del fegato, & dello stomaco.

III. L'Inuerno si vsino l'herbe calide, & la state le frigide, l'Autunno, & la Primauera le temperate.

IIII. Che l'herbe fatto c'hauranno il seme, non si mangino.

V. Che l'herbe si deuono mangiare nel principio della mensa, essendo, che quasi tutte soluono il ventre.

Qui si tratterà solamente di quell'herbe, che più frequentemente vengono in vso ne i cibi, che dell'altre s'è discorso à pieno nel nostro Herbario stampato quì in Roma l'anno passato.

ACETOSA.

Digerit Oxalis, siccat, refrigerat, aufert
Tædia ventriculi, morsaq; membra iuuat.

Nomi.

Nomi. Lat. *Acidula, Oxalis, & Acetosa*, Ital. *Acetosa*.

Acetosa 2

Specie. Ritrouansene di più sorti, mà principali sono la domestica, & la saluatica.

Scielta. La miglior è la domestica, & della saluatica quella, che non rosseggia, mà è tutta verdeggiante.

Acetosa ottima.

Qualità. E frigida, & secca nel secondo grado, digerisce, apre, & incide.

Giouamenti. E molto grata nelle insalate crude, mescolata con altre herbe, per il sapor subrusco, ch'ella tiene, è molto aggradeuole al gusto, è molto gioueuole nelle febri pestilenti, & ardenti, che smorza l'ardor della collera, & estingue la sete, & resiste alla putredine, eccita l'appetito & ferma i flussi. Le carni, & i pesci, si condiscono la state co'l succo dell'acetosa in vece di agresta, & succo d'aranci, & cosi l'oua, che son molto

grati,

Appetito. grati, & eccitano l'appetito. Molti la mangiano così cruda co'l pane, altri vsano la sua decottione, ò in acqua, ò in brodo, ouero la sua acqua destil lata, ouero lo siroppo del suo succo. Leua l'acetosa i fastidij dello stoma-
Nausea. co, & anco la nausea, gioua alle reni rompendo, & cacciando fuori le re-
Renelle. nelle, beuuto il suo seme co'l vino vale à i veleni, & ferma i flussi, & preserua, & libera dalla peste.

Nocumenti. Nutrisce poco, fà il corpo stitico à chi l'vsa troppo, nuoce à melanconici, & inasprisce lo stomaco.

Rimedi. Si mangi insalata in mescolãza delle altre herbe, tra le quali sia la lattuca, ch'è humida, & la rughetta, ò la menta, ch'è calida. Si deue vsar solamente ne i tempi caldi, & solamente da giouani, da colerici, & da sanguigni, & parimente nell'infirmità calide.

AMA-

AMARACO.

Calfacit, auxiliũ est tibi siccus Amaracus Hydrops.
Ictibus antidotum, torminibusq́; salus.
Torrida si neruis, & Amarachus apta cerebro
Hãc sitiens semper, nõ minus optet Hydrops
Vrinæ, & tumidi reserat spiracula ventris,
Hanc cui sit Matrix ægra, puella colat.

Nomi. Lat. *Amaracus, Sampsucus.* Ital. *Persa maggiore.*

Maggiorana.

Qualità. E calda, & secca nel terzo grado, hà facoltà di digerire, d'assottigliare, d'aprire, & di corroborare.

Giouamenti. E l'vso della maiorana maggior, & minore, chiamata persa, ne i cibi molto vtile, perciòche conforta lo stomaco, l'asterge, & lo mondifica, cacciando fuori per da basso la collera, & la flemma, & il suo odore conforta'l ceruello, è conuenientissima ne i cibi, che si fanno per gli hydropici. E molto

Persa.

 vtile

vtile ancora à quelli che vrinano difficilmente, & han torsioni del vẽtre; & conferisce alle donne, alle quali si ritardano i mestrui. La minore chiamata persa è più odorata, & più efficace.

Nocumenti. E troppo acre, onde infiamma il sangue.

Vso della persa.

Rimedi. E da vsarla in poca quantità, & non ne i cibi calidi, mà più tosto in quei cibi che sono frigidi, & ventosi, & che generano humori grossi, & viscosi.

ANETO.

Calfacit & reuocat lac, tormina sedat Anethũ,
Cit ructus, veneri lum nibusq; nocet:
Ne tua odoratum conuiuia fallat Anethum,
Igne tuis neruis, torminibusq; potens
Inuisum est (moneo) stomacho, nec parcis ocellis,
Vbera ab hac pleni munera lactis habent.

Aneto.

Nomi. Lat. *Anethum*. Ital. *Aneto*.

Qualità. E caldo nel primo grado, & secco nel secondo.

Scielta.

Scielta. E il migliore quello, che è fresco, & che nõ hà ancora fatto il seme.

Giouamenti. Vsasi per condimento de i cibi, in cauoli, in pesce, & altre viuande, è di grato sapore, aiuta lo stomaco à cuocere i cibi, mitiga il singhiozzo, lo starnuto, & i dolori del corpo, multiplica il latte alle baile, dissolue le ventosità, è buono à i nerui, & stringe il ventre.

Nocumenti. Vsato troppo nuoce alla vista, disecca lo sperma, nuoce allo stomaco, perche è cibo acuto, muoue i rutti, genera grosso nutrimẽto è difficile à digerire, & prouoca la nausea, & offende le reni.

Vista.

Nausea.

Rimedi. Nõ bisogna frequentarlo troppo con cibi calidi, mà co'l pesce si può vsar più sicuramente, massime con lattarini. Si sminuiscono ancora i suoi nocumenti mescolandoui con esso petrosemolo, bietola, & boragine, ò lattuca.

ANISO.

Discutiens Anisum lac donat, & oris odorem,
Cit Venerẽ, & stomacho, cui calor insit, obest
Pituitas Anisi si grana exarentia pingues
Igne pari iliacum soluere crediderim.
Si stomachus, lumbi, gelidũq; increuerit hepar
Vessica intumeat, vulua, lien, fæmora,
Illa ede, & antiquo vel cor si caumate languet
Præsenti dices auxiliantur ope.
Laus numerosa quidẽ hæc, minimi nec formula fallit
Pectus, & hoc torpẽs gutur, & aluus amãt.

Nomi. Lat. *Anisum*. Ital. *Aniso*.

Aniso. *Qualità*. E caldo, & secco nel terzo grado, & è di sostanza sottile, è acre, amaretto, acuto, digestiuo, & dissolutiuo della ventosità.

Aniso ottimo. *Scielta*. Lodasi primo in bontà quel d'Egitto, il fresco, e'l nero.

Giouamenti. Il suo seme emenda il puzzor della bocca, & fà buon fiato, è vtile à gli hidropici, vale alle opilation del fegato, prouoca l'vrina, & ferma i flussi bianchi delle don-

Fiato buono. *Flussi biãchi.*

donne, mitiga la ſete, la decottion beuuta, diſſolue la ventoſità del corpo, gioua al fegato, al polmone, allo ſtomaco, alla madrice, imperoche conforta, & aiuta à digerire, vale al ſingulto, à i dolori del corpo, prouoca il latte, rompe le pietre, gioua à i nerui, & conforta il ceruello, prohibendo che i vapori non aſcendano alla teſta, preſone vn poco alquanto coperto di zuccaro infin del mangiare, & preſo auãti che ſi beua l'acqua, la rettifica: vſaſi con gran giouamento nelle coſe di paſta.

Acqua rettificare. Paſta.

Nocumenti. Stimola venere, & è inutile allo ſtomaco, eccetto quando non fuſſe in eſſo ventoſità.

Rimedi. Biſogna vſarlo moderatamente, & i giouani ſe ne aſtengano, & parimente i colerici, e ſanguigni, maſſime la ſtate.

ASPARAGI.

Renibus Asparagus, stomaco atq; putilis, aluo,
Morsibus atq; oculis, sed sterile scit edens.
Renibus hinc valeo, iecore, intumidoq; liene.
Ilia, nec mūdū tergus, vt ante doleat. (de est
Si venere hic crucior, sup hoc mihi munus abū
Quod potuit salua Religione dedit.

Asparagi Nomi. Lat. *Asparagus*. Ital. *Asparago*.

Qualità. E asterſiuo l'aſparago, caldo, & humido temperatamente, & è aperitiuo.

Scielta. Li domeſtici ſono migliori dei ſaluatichi: ſi māgino i freſchi, & che con le cime loro s'inchinino à terra.

Giouamenti. Nutriſcono più di tutti gli altri herbaggi, conferiſcono allo ſtomacho, purgano il petto, mollificano il corpo, & prouocano l'vrina accreſcono il ſeme genitale, mondano le reni dall'arena, & mitigano il dolore loro, & parimente de i lombi.

Nocumenti. Vſati in troppa copia offendo-

offendono lo ſtomaco, inducendo nauſea, maſſime quando ſi mangiano freddi; & per la loro amartitudine accreſcono la collera, fan puzzar l'vrina, ſe bene in tutto il corpo cauſano buono odore, e fanno ſterili le donne.

Rimedi. Si leſſano, & ſi butta via la prima acqua, che coſi laſciano l'amarezza, poi ſi condiſcono con olio, ſale, e pepe, aggiungendoui ſucco d'aranci, ò aceto. Cotti nel vino ſon più vtili. Non ſi conuengono à colerici, mà ſono à i vecchi, & à i frigidi conuenientiſſimi in moderata quantità, & mangiati caldi, e ben cōditi. Si cuocono ancora in brodi graſſi, & ſon più ſani, & ſi mangiano à prima mēſa ſolo co'l ſalle, & oglio ſenza aceto.

Sterillità

Cottura.

ATRIPLICE.

Frigus, & humorē medicans inducit Atriplex.

Suffusos, & felle iuuat, tũ mollit, & Aluũ,
Expedit infractus iecoris, vomitumq; lacessit.

Atriplice *Nomi.* Lat. *Atriplex.* Ital. *Atriplice, Reppice, & Treppice.*

Qualità. E frigido nel primo grado; & humido nel secondo. Il domestico è più frigido, & più humido del saluatico.

Domestico. *Scielta.* Il domestico auãti che habbia fatto il seme è il migliore, perche è più tenero.

Giouamenti. Dà poco nutrimẽto, & vsasi per il più à far torte alla Lõbarda, mescolandolo cõ cascio, butiro, & oua; & mãgiasi ancora come gli altri herbaggi, p mollificare il corpo, il

Saluatico che più efficacemẽte fa il saluatico.

Nocumenti. Il troppo vso suo genera molti mali, come lẽtigini, papule, & simili, & è inimico allo stomaco.

Rimedi. Bisogna cuocerlo à due acque, & mangiarlo con olio, aceto, & pepe, ò cinnamomo, & bisogna la-

sciar-

sciarlo per cibo dei villani, mà non si deue mangiar se non cotto.

BASILICO.

Ocyma sunt oculis, stomachoq́; infesta, sed ictus
Virosos sanant, eadem quoq́; tormina sedant.
Calfaciunt, siccant, & mentis nubila pellunt:
Continuoq́; vsu dant lentes, vermiculosq́;.
Ocyma quo melius sentis fragrare, minora.
Hoc vires etiam meliores ferre videbis.
Torminibus capiti, stomacho, cordiq́; medentur.

Nom. Lat. *Ocimū. Basilicū.* Ital. *Basilicò.* *Basilicò.*

Qualità. E caldo nel secondo grado, & secco nel primo.

Scielta. Il maggior hà in se qualche nocumēto, ilche nō hà il minor, nel mezano, & il garofonato è il migliore. *Condimenti.*

Giouamēti. Si vsa nei cōdimēti dei cibi, che dà lor gratia, & molti l'vsano p cōpanatico cō olio sale, & aceto, & si mescola come la rughetta nella lattuca. Leua lo stupor de' dēti, & puoca il latte secco, riscalda, e ferma il vētre. Il suo odore è grato al cuore, & alla testa, in q̄l giorno ch'alcū hauerà *Latte.*

man-

mangiato il basilicò non potrà esser punto da scorpione, rallegra il cuore, & inanimisce i timidi, & gioua nelle sincopi, & ne gli suenimenti, prouoca il sonno.

Nocumenti. Vsato troppo spesso nuoce allo stomaco, & al fegato, & è di cattiuo nutrimento, e difficile à digerire, dissecca il polmone, rilassa il ventre, multiplica la collera, & è di veloce putrefattione, & genera humor malenconico, & offusca la vista. Il garofonato è buono.

Vista.

Rimedi. E cibo più da flemmatici, che da colerici. La state si deue mangiare con qualche herba refrigerante, & rare volte.

BETTONICA.

Publica Betonicę qua nulla operosior herba est
Gloria, siccato grata tempore venit.
Cui dolet, aut luxũ est corpus cui vulnera mille
Cui caput infirmum, cui iecur inualidum;

Cui

Cui stomachus gelidus veliẽ, cui lumina lãguẽt
Quique lacessitis dentibus inuigilat:
Cui serpens, rabidusue canis, cui dira venena
Officiunt: Podagra qui dolet, aut Chiragra:
Deniq; cui tumida est vessica, & vẽter obesus,
Cui gelida est Febris, cui pituita nocet.
Delectam aprico geminorum in colle, sub ortu
Carpat, & hanc saluus si velit esse, bibat.

Nomi. Lat. *Bettonica*. Ital. *Bettonica*. *Bettonica*

Qualità. E calda, & secca nel primo grado completo, ò nel mezo del secondo è incisiua.

Scielta. E migliore quella che nasce ne i colli aprici d'Aprile, ch'è tenera, & si mangia cotta in brodi.

Giouamenti. La bettonica è piena d'infinite virtù; la onde è nato quel prouerbio, Tu hai più virtù, che la bettonica. E vtile à tutte le passioni del corpo interne in qualunque modo pigliata, è vtile à quei c'han sospetto d'hauer preso il veleno, & è da credere, che vsata ne i cibi preserui da tutti quei mali, ch'ella hà *Prouerbio.*

facol-

facoltà di sanare. Et cosi gioua à gli iterici, paralitici, flemmatici, comitiali, & alli sciatici, mangiata, ò beuuta la sua decottione. In somma sana tutti i mali, prouoca l'vrina, e rompe le pietre.

Mali sanare.

Nocumenti, E difficile à digerirsi.

Rimedi. Bisogna mangiarla cotta insieme co i fiori in buon brodo, ò cuocendola in vino beuerne la sua decottione.

BIETOLA.

Digerit & tergit, reseratq; obstructa, dolores
Auris Beta leuat, largius æsa nocet.
Beta mala est stomaho, viridis vel nigra, niuali
Rore, caput mundat naribus hausta tuum.
Compar eat maluis, clysteri immixta dolores
Quos tibi mansa facit, perdere Beta potest.

Bieta.

Nomi. Lat. *Beta.* Ital. *Bietola, & Bieta.*

Qualità. E calda, & secca nel primo grado. La negra è migliore.

Giouamenti. Gioua mangiata all'opilation del fegato, & della milza.

La

La radice mangiata leua il fetor dell'aglio, & delle cipolle. La biãca cotta, cõ aglio crudo mangiata, scaccia i vermini del corpo; è astersiua. Le radici cõdite seruono p insalata.

Bianca.

Nocumenti. Nutrisce poco, nuoce allo stomaco per essere mordace, per la sua qualità nitrosa, che hà.

Rimedi. Mangiata con boragine, ò cõ senape, & con aceto è mãco nociua.

BORAGINE.

Gaudia fert cordi, minuit Borrago rigores
Febris, & horrores, tussibus hostis erit.
Si tibi Buglossa est succi, & Borrago tepentis,
Lætus eris siccum nec tibi pectus erit.

Nomi. Lat. *Buglossum, Borrago, &* *Corago.* Ital. *Boragine.*

Boragine.

Qualità. E calda, & humida, nel primo grado.

Scielta. Si mangi quella ch'è colta co'i fiori.

Giouamenti. Si chiamaua prima q̃sta

pianta

pianta coragine, per hauer proprietà nelle passioni del cuore. Onde infusa nel vino genera grande allegrezza nell'animo, & conforta potentemẽte il cuore, & ne leua ogni malenconia, & apporta piaceuoli, & giocondi pensieri. E di buon nutrimento, e genera ottimi humori, è gratissima nei cibi, & è molto vtile à conualescenti, & à quei ch'hanno le sincopi. I fiori si vsano nelle insalate, le frondi s'infondono nel vino, & parimẽte i fiori per farlo cordiale, Gioua la boragine à i melanconici, chiarifica il sangue, & gli spiriti, conforta tutte le viscere, & lenisce l'asprezza del petto

Cuore.

Vino cordiale.

Nocumenti. I fiori non si digeriscono molto presto, mà più facilmẽte le frondi, & nuoce à quei ch'hanno le fauci vlcerate, che le punge, del resto è senza malitia à fatto, & è buona à tutte l'etadi, à tutte le complessioni, & in ogni tempo.

Rimedi.

Rimedi. Si cuoce nel brodo di buona carne, ouero cuocendosi in acqua vi s'aggiunga vn'ouo. Mangiandosi insalata si sfrondi, & li si leuino quei neruetti, che cosi diuenta più digestibile. La sua asprezza, che molte volte dispiace, si corregge mescolando con essa le bietole, ò gli spinaci.

CAPPARI:

Capparis incidit, purgatq; & menstrua pellit,
Officit hæc stomacho, gignit, & esa sitim.
Soluitur ardenti torpescens flore palatum,
Capparis, & folio, cumq; liene iecur.

Nomi. Lat. *Capparis.* Ital. *Cappari.* *Cappari.*

Qualità. Sono i salati caldi, & secchi nel secondo grado.

Scielta. Sono migliori quei, che si conseruano nell'aceto, di quei, che si salano, perche non son tanto calidi. Sono astrettiui, assottigliatiui, incisiui, estersiui, & aperitiui. *Cappari migliori.*

Giouamenti. I cõseruati in salamonia,

ben

ben cõditi, & mangiati eccitano l'appetito, & aprono l'opilationi del fegato, & della milza, prouocano i menstrui, & l'vrina, ammazzano li vermi, sanano le morici, & accrescono il coito, mangiati con sale, & aceto, & olio. I conditi con sale giouano alle podagre, à i flemmatici, alli spleneti-ci, & alli sciatici. Chi vsa i cappari non patirà risolution di nerui, nè dolori di milza.

Nocumenti. Apportano sete, & sono inutili allo stomaco quantunque eccitano l'appetito; conturbano il ventre gonfiano, sono di poco nutrimento, & son più medicina, che cibo.

Appetito.

Rimedi. I crudi si cuocono in acqua, poi si mangiano con olio, & aceto, & vua passa. I conditi con sale si lauano, s'infondono per vn pezzo nell'acqua, poi si mangiano auanti cena cõ aceto melato, ò cõ molto olio,

olio, & aceto, con vua passa, come s'è detto, ouero nel brodo d'ottima carne di vitello si cuocono vn tantino, e poi si mangiano auanti pasto con l'oglio.

CARCIOFI.

Sit lotium Cinara, atq; graues emendat odores.
Calfacit, & siccat bilis, & inde nigra est.
Carduus hortensi cui spina est mollior arte.
Cui calor est modicus, cui tumidusq; liquor.
Et stomacho, & lumbis sapidus, si duxit olentē.
Vrinam os redolet, nec sapit ala caprum.
Hunc tibi ius ꝑpingue coquat, ꝑstātior inde est,
Iuit., & in numeros sic venus apta suos.

Nomi. Lat. *Carduus hortensis, Cinara*. Ital. *Cardo, Carciofo, & Ærchichocco*. Carciofi.

Qualità. Sono i cardi, & i carciofi caldi, & secchi nel secondo grado, & sono aperitiui.

Scielta. I domestici sono migliori de i saluatichi, & li tineri sono più vtili, che i duri. *Migliori.*

Giouamēti. Sono grati al gusto i car-

 doni,

doni, & i carciofi, prouocano l'vrina mà puzzolente, muouono la ventosità, & aprono l'opilatione, & accrescono il coito; beuuta la decottione delle radici fatta in vino, come mangiati i carciofi fan buon fiato, & leuano ogni noioloso odore del corpo. L'herba tenerina nata di nuouo si mangia come gli asparagi. I cardoni fatti bianchi per arte, sotterrandoli l'autunno in terra teneri, si danno in fin della cena, & con pepe, & sale per vltimo cibo si mangiano per sigilare, & corroborare lo stomaco.

Buõ fiato.

Cardoni.

Tartufi.

Nocumenti. Generano, come i tartufi, humori malenconici. Son molto ventosi, nuocono alla testa, grauano lo stomaco, e tardano la digestione.

Rimedi. Cotti nel brodo, & mangiati con pepe, & sale in fin della mẽsa, sono manco nociui, & più grati allo stomaco.

CA-

CAVOLI.

Brassica cit, sistit, superatq; venera, merumq;
Dentibus, atq; oculis creditur esse nocens.
Iam veniat folio chrysippica Crassica crispo.
Vel patulo, & leni, vel glomerata comas:
Prima salutifera, & ventrem lenire parata,
Bullierit modico si tamen igne, placet.
Omnib⁹ ardor inest, grauior tumet esca secūdis,
Ne capiti noceant viua superba premunt.
Extumidam referant vesicam, ægrumq; lienē,
Hepar, & obstrusum, fœmineumq; femur.
Arida socraticam pareret ni Brassica bilem,
Iure erat in morbis omnibus ipsa satis.

Nomi. Lat. *Brassica*. Ital. *Cauoli*.

Cauoli.

Qualità. E Caldo, & secco nel primo grado.

Scielta. I megliori sono i teneri, lunghi, & colti nella cima della pianta, ch'habbiano le frondi aperte, & non chiuse, cō la rugiada sopra. Sō buoni i Bolognesi, & i cauoli fiori sō ottimi come all'incontro i capuci son pessimi, & i torzuti manco di loro nociui.

Bolognesi. Cauoli fiori. Capucci torzuti.

Vbriachezza & hibire.

Giouamenti. Mangiati mal cotti lubricano il corpo, & molto cotti lo ſtringono. Han facoltà purgatiua. Mangiati auanti cena crudi con aceto, prohibiſcono l'vbriachezza: Mãgiati dapoi, leuano i faſtidij della crapula, & i nocumenti del vino. La decottion loro beuuta, (ma che non ſian bolliti troppo) gioua à coloro, che difficilmente vrinano. Sono i cauoli da alcuni tanto celebrati che par che baſtino à guarir tutti i mali, che giouano al dolor di teſta, alle caligini de gli occhi, & parimente conferiſcono à i malenconici, all'opilation della milza, alle paſſioni del cuore, del fegato, & del polmone, & di tutte le viſcere.

Cauoli buoni a tutti i mali.

Nocumenti. Nuocono a i denti, alle gengiue, allo ſtomaco, ſon di poco nutrimento, gonfiano, fan puzzare il fiato, & generano humori malenconici, maſſime la ſtate. La primaue-

Fiato.

ra

ra si lodano solamente i broccoli. Broccoli.

Rimedi. Sono manco nociui, se si cuocono à lesso, & la prima acqua si butti, & subito si rimetta l'acqua calda, senza che veda l'aere, ouero si mettano in brodo di carne grassa cō finocchio, & pepe, ò coriandro, ò cinnamomo.

CIMINO.

Tormina discutiens mire os pallore Cuminum
Inficit, exiccat, virtus, & omne fugat.
Vilis, & iniussi campestria grana Cumini
Vsta nimis, cultu mitia facta placent
Hæc ede, ventosi clamas si tormine ventris,
Et stomachum, & lumbos igne minore iuuāt.
Pallida cui grata effigies, & buxea cordi.
Hæc simulato cohors religiōsa voret.
Illa remollitum subducere docta lapillum,
Vrinæ norunt, rumpere posse fores.
Si tinea erodat, vel ros tua niualis,
Illa ede, rusticitas læsa probanda venit.

Nomi. Lat. *Cuminum*. Ital. *Cimino*. Cimino.

Qualità. Il seme è calido come l'aniso nel terzo grado, & è diseccatiuo.

Megliore. *Scielta*. Il domestico è miglior del saluatico.

Giouamenti. Riscalda, stringe, & dissecca: è grato alla bocca à molti, & dà buon sapore à i cibi, massime à piccioni, conferisce l'vso suo alle vētosità, & dolori del corpo. Gioua al trabocco del fiele, alla vertigine, all'asma, à i morsi de' serpenti, & all'ardor dell'vrina, & al tremor del cuore.

Pallidi. *Nocumenti*. E cibo acuto, & fa pallidi quei che l'vsano troppo.

Vso. *Rimedi*. Bisogna vsarlo parcamēte, mà l'inuerno solamēte, & da q̄i che sō flēmatici, & di frigida cōplessione.

CORIANDRO.

Expellit tineas Coriandrum semen adauget.
Largius at sumptū sensum animūq; grauat.
Ne crasso noceant oculis Coriandra liquore
Siccata huc veniant igne referta leui.
Hæc caput inuisa pressum caligine, mensis
Optat sommotis, hæc fluida aluus edat.

Dura

Dura parũ, ſtomacho tamen optatiſſima noſtro,
Hinc redolens ſicca eſt, nec putret aſſa caro.
Niliacis præſtant ſi ſint delecta ſub hortis,
Plura odi, parca ſunt mihi grata manu.
Sic mea demulcent ardentia corda, nec omnes.
Noſtra venus numeros perdet inepta ſuos.

Nomi. Lat. Coriandrum. Ital. Coriandro, & Coriandolo, & Pitartima.

Coriãdro.

Qualità. E il verde frigido, & non ſi deue mettere dentro il corpo, mà il maturo è di grato odore. Il ſecco è calido.

Scielta. S'vſi il maturo, & il ſecco; il megliore è quel d'Egitto.

Megliore

Giouamenti. E vtiliſſimo allo ſtomaco, percioche reprime l'eſalationi velenoſe, ch'aſcendono alla teſta. Ammazza i vermini beuuto con il vin dolce. Conſerua la carne incorrotta. I coriandri confetti mangiati in fin del cibo fan ritenerlo nello ſtomacho, & aiutano la digeſtione, & fortificano la teſta, e'l ceruello.

Carne conſeruare.

Nocumenti Il ſouerchio vſo offen-

de la testa, offusca l'intelletto, & perturba la mēte. Il succo beuuto è mortifero veleno, & quelli che lo beuono diuentano mutti, & pazzi.

Veleni.

Rimedi. Si rimedia à i nocumenti del coriādro tenendolo per vna notte in aceto, poi coprendolo di zuccaro, che cosi non solo non offende, mà molto gioua. Quei c'han beuuto il succo prēdano poluere di coccie di oua cō salomoia, ò Teriaca cō vino.

Coccie de oua.

DRAGONCELLO.

Siccat, & incidit, reserat Dracunculus, inde
Calfacit hortensis, mulcet dentûmq; dolores,
Digerit, atq; ciet lotium, viresq; coquendi
Adiuuat, atq; sale, atq; oleo cōditus acetoq;
Estur, & insigni tandem ipse acredine pollet.

Nomi. Lat. *Dracunculus hortensis*. Ital. *Dragoncello, & Dragone*.

Dragoncello.

Qualità. E caldo nel principio del terzo grado, & secco nel primo.

Scielta. Il meglio è quel che è fresco tene-

Megliore.

tenero, & quel che nasce ne gli horti grassi, che s'adacquano assai; & non si prendano le frondi sparse p terra, ma le cime, & le frondi più tenere.

Giouamenti. E la meglior herba, che s'adopri, per far salse, & sapori, & si mette nell'insalate frigide in luogo della rugheta; è cordiale, fa buon appetito, accresce il coito, & conforta mirabilmente lo stomaco, & la testa, incidendo le flemme. E herba molto aromatica, et mangita preserua dalla peste, & da ogni corruttione. Sana le doglie frigide de i denti, & delle gengiue, lauandosi con la sua decottione fatta in vin bianco.

Salso. Sapori. Peste. Denti.

Nocumenti. Riscalda il fegato, & assottiglia il sangue.

Rimedi. Mangisi in compagnia di herbe frigide, come è endiuia, lattuca, & fiori di boragine, ma non da gioueni sanguigni, & colerici massi-

Gioueni. vecchi.

massime le state, à i vecchi è buona in ogni stagione.

CICORIA.

Intybus est iecori medicina, & morsibus atris,
Frigoreq; astringit, ventriculumq; iuuat.
Frigida cãpestris minus est, & amarior, hepar
Intyba demulcens, bilis vtramque timet.

Nomi. Lat. *Seris, & Intybus.* Ital. *Cicoria, & vi è l'hortense, & la siluestre, chiamasi Tornasole, Gira'l sole, Radichio.*

Cicoria.

Qualità. Sono le cicorie frigide, & sec che nel secondo grado, & la siluestre essendo più amara è più astersiua, & più astrettiua.

Siluestre.

Scielta. La megliore è la tenera, & le cime che si chiamano qui in Roma mazzocchi, & quella che fà il fior tur chino, che si gira co'l Sole.

Mazzochi.

Giouamenti. Conferisce mirabilmẽte à quei che sentono ardor, & infiammagione nello stomaco, apre l'opilatione del fegato, & è il più poten-

te,

te, & efficace rimedio, che vsar si possa per mantener il fegato netto, & le sue vie ottimamente aperte. Gioua alle reni.

Fegato.

Nocumenti. Nuoce à quei ch'han lo stomaco debole, & frigido, & il succco, che genera è di poco, & non buon nutrimento: & si loda più per medicamento, che per cibo. Nuoce parimente à catarrosi.

Catarrosi.

Contiura.

Rimedi. Cuocendosi nell'acqua, & poi con olio, & aceto, & vua passa mãgiata in insalata, ouer cruda con mẽtuccia, & con aceto, oue sia infuso l'aglio, ò con altre herbe calide, e manco nociua. E buona la state per i giouani, & per quei che son di calda complessione; è buona in ogni tẽpo; è cattiua per quei c'hanno lo stomaco freddo, & che sono soggetti à catarri; mà da questi non si deue mãgiar cruda, mà cotta in otttimo brodo di perfette carni.

EN-

ENDIVIA.

Intybus est iecori, stomacho, ventriq; salubris
Cocta, & cruda estur; sacro hæc igniq; medet,
Et morsus sanat quot scorpius intulit atros.

Endiuia.

*N*omi. Lat. *Intybus*, *Endiuia*. Ital. *Endiuia*.

Qualità. E fredda, & secca nel secondo grado, ma la domestica possede più frigidità, che la siluestre, & è più humida.

Megliore.

Scielta. La domestica è la migliore, ma tenera, che non habbia prodotto il fusto, nè faccia il latte; quella che co'l tenerla sotterra è fatto bianca, è ottima.

Bianca.

Giouamenti. Rinfresca il fegato, & tutti i membri infiammati, smorza la sete, prouoca l'vrina, & la state fà venir buono appetito, secca l'opilationi, purga il sangue, sana la rogna, smorza gli ardori dello stomaco. Mangiata cotta in brodo di carne la state, rinfresca tutte le viscere.

Rogna.

Nocu-

Nocumenti. Nuoce l'vso dell'endiuia à quei ch'hanno lo stomaco frigido, & ritarda vn poco la digestione, offende li paralitici, & quei ch'hanno il tremore. *Paralitici*

Rimedi. Mangiandosi la bianca in insalata l'inuerno da quei ch'han lo stomacho freddo, & debile, vi s'aggionga pepe, & vua passa, ouero vn poco di mosto cotto, la cotta è manco nociua della cruda; è buona ne i tempi molto caldi per i giouani, per colerici, & per sanguigni; & per quei ch'hanno lo stomaco molto caldo. Mangiandosi con cime di mētuccia, ò con rughetta, & dragoncello, ò cō altre herbe calide, è manco nociua. *Bianca.* *Cotta.*

FINOCCHI.

Semina si chymo exurunt hortensia duro
Fœniculi, & sicco non bene sana cibo:
Torridiora time: Siluestria renibus ingens
Pharmacum, & vrinæ nobile curriculum.

Du-

Durius lumbis sunt comminuentia saxum.
Sint tumido hæc femori pabula fœmineo.
Ride infans, poterit reculsi munera lactis.
Si viride hortense est mox reuocare tibi.
Ride infans, molle,, collubri experientia ocellos
Seruari incolumes, hos tibi posse docet.
Subuersũ, & vento stomachũ extende tumentẽ
Aequat, in antiquius febribus esca potens.
Semine si redaperta viget membra omnia, lotæ
Gloria radici non minor exhibita est.

Finocchio. Nomi. Lat. *Fœniculum*, & *Maratrum*. Ital. *Finocchio*.

Qualità. E caldo nel secondo grado il dolce, & secco nel primo. Et il saluatico disecca, & riscalda più ualorosamente.

Migliore. *Scielta*. Il dolce è megliore, l'altro sia hortolano domestico, & tenero, per mangiarsi fresco, ouero granito per il verno, ò con gambi bianchi, e teneri per mangiarli cotti.

Virtù. *Giovamenti*. Prouoca copiosamẽte il latte, i mestrui, & l'vrina: leua l'opilatione antica, purga le reni, &

gio-

gioua mirabilmente à gli occhi, ma bisogna il secco vsarlo in pocca quãtità, perche altrimente infiammarebbe il fegato, & nocerebe à gli occhi, apre l'opilatione del fegato, della milza, del petto, & del ceruello.

Vitij.

Nocumenti. E cibo acuto, tardo à digerirsi, è di cattiuo nutrimento assottiglia, & infiamma il sangue à quei che son colerici, debilita, & cõsuma il corpo; & di qui nasce la collera nera, di modo, che è più conueniẽte per medicamento, che p cibo.

Rimedi. Il tenero è meglio, & si deue mangiare in poca quantità. I finocchietti, che si cuocono hanno da essere aperti bene, & tenuti vn pezzo in acqua fresca, per leuar loro quella mala, & velenosa qualità che gli lasciano le serpi, stropicciandoui sopra gli occhi, bisogna mangiarne poco del finocchio, perche co'l tempo potrebbe generare pietra, che co-

Cottura.

Pietra.

me

me aperitiuo porta materie grosse nelli stretti meati dell'vrina, doue poi si condensano, & diuentano renelle, & pietre.

Renella.

FINOCCHIO MARINO.

Sic Sapiti, & stomacho Beatis arida grata tepore
Siue sit hortensis, siue marina tibi.
Sic iecur, & lumbos, vesicæ aptissima, mulcet,
Inter regales, vt sit habenda dapes.

Finocchio marino. *Herba di S. Pietro.*

Nomi. Lat. *Crithmum.* Ital. *Finocchio marino, & herba di san Pietro.*

Qualità. E caldo, & secco nel terzo grado, & è al gusto salato, & alquãto amaretto, il perche egli è nelle sue facoltà dissecca tiuo, & astersiuo.

Megliore.

Scielta. Il verde, & odorato è il meglio per metter in salamoia.

Giouamenti. Mangiasi crudo, & cotto, & muoue il corpo, conseruasi in salamoia, che conforta lo stomaco, il fegato, & le reni.

Nocumenti. Infiamma il sangue.

R i-

Rimedi. Non si conuiene a' giouení, nè à tempi caldi: mà à i vecchi ne i tempi frigidi, & in poca quantità.

LATTVCA.

Caumate in ardentis stomachi Lactuca niuale
Delicium, & somni dulcis alumna veni.
Si modo sit mundus cultor, non lota placebis;
Et prima, & grata est Mensa secunda tua.
Gratior æstiuo es dum sirius æstuat orbe,
Sed valeas si vult gaudia nostra venus.

Nomi. Lat. *Lactuca.* Ital. *Lattuca.* *Lattuca.*

Qualità. E frigida, & humida nel secondo grado.

Scielta. La capuccina, & la francese, & la tenera sono le megliori, massime nate in horti grassi, & che nō comincino à fare il latte & che nō siano lauate, mà colte, & affettate da delicata mano. *Latte.*

Giouamenti. E facile à digerire, eccede in bontà tutti gli altri herbaggi, perche genera il latte, & smorza gli ardori dello stomaco, estingue la

L sete,

Flußo del seme. sete, prouoca il sonno, & stagna il flusso del seme, raffrena l'arimonia della colera, eccita lo appetito, & leua i fastidij dello stomaco, & corrobora. Raffrena gli appetiti venerei, & gioua à molti diffetti de corpo.

Vista. *Nocumenti.* Oscura la vista il continuo vso suo, indebolisce il calor naturale, corrompe lo sperma, & fà sterile, ò facendosi figli vengono insensati, e balordi. Fà l'huomo pigro, & nuoce allo stomaco frigido, & debole, & per questo nõ è molto vtile a' vecchi. *Figli insensati.*

Rimedi. E men nocitta cotta, che cruda, & mangiata con menta, dragoncello, rughetta, agli, ò cipolle, & gli si deue appresso bere buon vin bianco; & aromatico, & non si deue mangiar di continuo. Non si laui, perche l'acqna gli leua vn'ottima qualità, che leuata via, essendo in superficie, fà che la lattuca debili- *Lattuca non si laui*

ta la

ta la vista, che resta offuscata parimente non leuandosi alla lattuca le cime.

LVPINO.

Frigidus educit Lupulus de sanguine bilem,
Atque æstus iecoris, ventriculiq; leuat,
Si Lupulũ oblectant antra, & nemorosa salicta
Hoc facit ingrato sit satis ut medico.
Frigidus hinc bilem, calidum arcere cruorem.
Est potis, hunc calidumq; & febris anhela timet.
Gratia si magna est illi, tua noxia maior
Est Medice hoc sanctum, qui male noris olus

Lupulo.

Nomi. Lat. *Lupulus.* Ital. *Lupulo.*

Qualità. E caldo, & secco nel secondo grado, mà le cime loro simili à gli sparagi per hauer molto dell'humido, scaldano poco, & diseccano manco.

Megliori

Scielta. Sono megliori quelli che sputano dalla pianta senza hauer frondi atorno, & ch'hanno il fusto tenero, & non aspro.

Virtù. *Giouamenti.* Generano perfeto nutrimento, agguagliano gli humori, confortano, & mondificano tutte le viſcere, & particolarmente nettano il ſangue, & lo fan chiaro, & puro, tirando à baſſo la feccia di quello in vn tratto, & purgãdo la collera. Netta il lupulo particolarmente il fegato, aprendo non ſolo le ſue opilationi, mà q̃lle della milza ancora: mangianſi le ſue cime cotte in inſalata, mollificano il corpo, et la decottion de fiori, et de i follicoli ſana gli auuelenati, e guariſce la rogna, faſſene ſiroppo, che è mirabile nelle febri colleriche, et peſtilentiali.

Vitij. *Nocumenti.* Quando ſi colgono cõ frondi, et fuſti duri, ſon difficili à digerire, et ſono piu ventoſi, che i teneri, et non ſon di troppo ſucco.

Cottura. *Rimedi.* Si mangiano cotti conditi con aglio, ò con ſugo d'aranci, & pepe, et ſon buoni in ogni tẽpo, in

po, in ogni età, et complessione, massime cotti in buon brodo.

MELISSA.

Exhilarat, reuocatq; animũ Citrago labentem;
Ictibus auxilio est, viscera cuncta iuuat,
Cor mihi triste, gelu pectus, cerebrũq; rigescis,
Singultit stomachus, grata Melissa veni.
Per te hilaris redolẽs, & mũdi pectoris, aucto
Sumq; calore potens, gratia magna tibi.

Nomi. Lat. *Melissophillum, & Citrago.* Ital. *Melissa, & Cedronella.*

Melissa.

Qualità. E calda, et secca nel secondo grado.

Megliore

Virtù.

Scielta. La megliore è la tenera, et che nasce in colli ameni, et che hà buono odore di cedro.

Giouamenti. Conforta il cuore, et leua il suo tremore, lenisce il petto, et apre l'opilationi del ceruello. Aiuta la digestione, et sana il singhiozzo, et vale à i morsi d'animali velenosi, et à tutte l'infirmità flegmatiche, et malenconiche.

Vitij. *Nocumenti*. Eccita gli appetiti venerei per esser vẽtosa, & è di pochissimo nutrimento.

Rimedi. Mangiandola nell'insalata si mescoli con herbe frigide, come lattuca, & simili.

MENTA.

Mentha iuuat stomachum, tineat necat, ictibus atris
Conuenit, & Venerẽ commouet, atq; ciet.
Nauseat ignitã, & benè olentẽ carpere Mẽthã
Vult stomachus, caput est triste, morare liber
Obstruat illa femur, veneri tume facta parũp
Grata licet sperma hinc, lacue coire nequit.

Menta. *Nomi*. Lat. *Mentha*. Ital. *Menta*.

Qualità. E calda nel terzo grado, & secca nel secondo.

Sicelta. Quella, che si semina negli horti, deta mẽta Romana è meglio-

Megliore re; mà si deuono prendere solamente le cime tenere.

Giouamenti. E molto grata allo stomaco, & lo cõforta, massime s'è freddo. Ec-

do. Eccita valorosamẽte l'appetito, ꝓhibisce, che il latte nõ s'apprenda nello stomacho, nè nelle mamelle, & per questo quelli à i quali piace il latte deuono vsar spesso la mẽta. Amazza i vermini del corpo vsata ne i cibi, ò dandosi à i fanciulli vna dramma del suo sugo cõ meza oncia d'aggro di cedro, ò di siroppo di scorza di cedro; leua il singhiozzo, la nausea, il vomito, & fortifica lo stomaco, onde si dice,

Appetito.

Nunquã lẽta fuit stomacho succurrere mẽtha.

Nocumenti. E di poco nutrimento infiamma il fegato, & lo stomaco, assottiglia il sangue, percioche è cibo acuto, stimula venere, & per questo si prohibisce, che non si mangi al tempo della guerra, perche per l'vso di venere i corpi diuentano frigidi, magri, & manco animosi.

Venere.

Guerra.

Venere.

Rimedi. Mangiandola in poca quãtità, & in compagnia d'herbe frigide

è mãco nociua. Et cosi vsata ne i tẽpi freddi, e da vecchi, et da flẽmatici et malẽconici, mà la state è perniciosa, massime à giouani, et colerici.

MERCORELLA.

Este parum vulvæ duroq; innoxia ventri,
Fœmina seu mas sit, Mercurialis erit.
Maxima Mercurio laus est, Fœmella puellam,
Mas puerum, venus est cum sociata dabit.

Nomi. Lat. *Mercurialis*. Ita. *Mercuriale, & Mercorella.*

Mercorelle.

Qualità. E calda, et secca nel primo grado, tãto il maschio, quãto la femina, et la radice nõ è di valore alcũo.

Scielta. Per mangiare si elegga la tenera.

Giouamenti. Mangisi come gli altri herbaggi per soluere il corpo; et la decottione beuuta solue la collera, et gli humori acquosi, et il maschio fà far i maschi, et la femina le femine quando si mãgino le frõdi cotte nell'olio, e sale, ouero crudo con aceto.

Maschi.
Femine.

Nocu-

Nocumenti. Vſandola troppo debelita lo ſtomaco, & le viſcere.

Rimedi. Si mangi in poca quantità con brodi graſſi, & con cinnamomo.

PETROSELLO.

Torrentis plures Apij ſeris inſcie plantas
Villice, petroſū vix mea menſa capit. (tardo
Et nocuum hoc capiti, et ſtomacho minus vtile
Lactucæ extremo ſi placeat adde cibo.
Cura caput nobis prior eſt, quę flegmata vexāt
Splen, fęmur, aut renes, vel iecur illud edat.

Petroſello.

Nomi. Lat. Petroſelinum, Apiū hortenſe, Petroſilium. Ital. Petroſello.

Qualità. E caldo nel ſecondo grado, & ſecco nel terzo.

Megliore

Scielta. Il megliore è il tenero che non habbia fatto ancora ſeme, nè fiore, che coſi le frondi ſon più odoroſe, & più grate al guſto, come le radici, quando ſono di mezo tempo.

Virtù.

Giouamenti. E in grande vſo quaſi in tutte le viuáde, entra nelle ſalſe, & in

ſomma

ſomma è molto vſitato nelle cucine; mangiato crudo, ò cotto prouoca l'orina, & i meſtrui, e'l ſudore, mondifica le reni, il fegato, & la madrice, & leua le loro opilationi, diſſolue la ventoſità; e grato allo ſtomaco, & al fegato, & la ſua decottione vale contra veleni, & contra la toſſe. Hà le medeſime facoltà, che il coriandro, & è gratiſſimo alla bocca dello ſtomaco, mitigando il ſuo calore; rompe le pietre delle reni, & della veſica, apre le opilationi, & gioua alla toſſe, & à i difetti del petto. Cotte le radici ſotto la cenere ſi mangiano con aceto, olio, & ſale per inſalata.

Nocumenti. Difficilmente ſi digeriſce, & non genera troppo buoni humori, oſtuſca la viſta, & nuoce qualche volta alla teſta, mà non è queſto quello apio, che nuoce à quei, ch'hanno il mal caduco, mà è l'apio volgare.

Apio volgare.

Rimedi. Mangiandoſi crudo in cõpagnia

pagnia d'altre herbe frigide come lattuca, acetosa, & procacchia, in poca quantità, manco nociuo, & cotto in brodo, & in intingoli. Le radici poi deuono esser ben cotte, leuato prima loro di dentro il midollo legnoso.

Cottura.

PIMPINELLA.

Vessicæ lapides si Pimpinella remollit.
Ignita est, iecori sana lienq; tibi.
Læthiferis etiam morbis, pestiq; medetur.
Calfacis, adstringit, vulnera sana facit.

Nomi. Lat. *Pimpinella, Sanguisorba, Bimbenula, aut Pampinula*. Ital. *Pimpinella, ò Solbastrella*.

Pimpinella.

Qualità. E calda, & secca nel secondo grado.

Scielta. L'hortense è migliore della saluatica.

Megliore

Giouamenti. E in vso à mangiarsi nelle insalate, ch'è molto grata per l'odor ch'hà di melone, quella si semina ne gl'horti, che la saluatica,

hà

hà noioso odor di becco; ondè vien detta hircina, & questa si riduce sotto la spetie della sassifragia, per la gran virtù che hà di mondificar le reni, & la vesica, & rompere, & cacciar fuori le pietre, & la renella dalle reni, e dalla vesica, prouocar l'orina, & aprir l'opilation del fegato. La domestica è singolarissimo rimedio cōtra la peste, & cosi la siluestre, & mi ricordo che la felice, & honorata memoria di M. Giouanni dilletto mio padre, (che oltre à tutte le nobili dottrine hauea ancora non mediocre cognitione dei semplici) mi disse molte volte, che nella gran peste dell'anno 1527. con la pimpiuella sola facendone infusione in vino, & co'l bolo armeno preseruò se stesso, e tutta la famiglia, ritiratosi ad vna nostra villa di Morano, doue è gran copia di questa pimpinella, oltra l'aere temperatissimo che vi è. Posta

Virtù.

Morano villa.

la

la pimpinella nel bicchiere rallegra il cuore, & fà il vino più giocondo. Vale ancora contra tutte le paſſioni del cuore, & ſincopi, chiarifica il ſangue, & moltiplica gli ſpiriti vitali, maſſime infuſa nel vino, & ſuol conferire à i tiſici.

Nocumenti. E difficile à digerire, fà ſtittico, & riſcalda'l fegato, & è di pochiſſimo nutrimento.

Rimedi. Si mangi in inſalata meſcolata con herbe frigide in poca quantità: ſempre è buona, maſſime a' vecchi, & melanconici, quando è tenera.

PORTVLACA.

Cui robur eſt ardens, dyſſenteriæq; laborat,
Purpureus curæ cui cruor eſt fluidus,
Cui nocuere ignes, frigentem hic Pelidis heroẽ
Deligat, hæc pluuio rore probanda venit.
Si ſapis illa tuas norit rariſſima menſas,
Lumina cum ſtomacho contemeraſſe poteſt.
Dentibus auxilium ſtupidis, & renibus affert,
Ardorem ingentem mitigat, atque gratum.

Prochaccia.

Nomi. Lat. *Portulaca*. Ital. *Prochaccia, Portulaca, & Porcellana.*

Qualità. E frigida nel terzo grado, & humida nel secondo, è astrettiua, & astersiua.

Scielta. La domestica è migliore.

Flussi. *Ardor di stomaco.* *Venere.* *Denti stupidi.*

Giouamenti. Si mangia con giouamento notabile da quei, che patiscono dissenteria, flussi di mestrui, & sputi di sangue, conferisce grandemente all'ardor dello stomaco, & de gli intestini, & è molto vtile nelle calide flussioni, raffrena venere, & leua lo stupor de i denti.

Nocumenti. Mangiandone spesso, & in troppa quantità nuoce non poco, ch'essendo difficile à digerire, debilita lo stomaco, & offende la vista, è di poco nutrimento, & cattiuo, percioche è frigido, & viscoso, leua l'appetito minuisce lo sperma, & gli appetiti venerei.

Rimedi. Nõ si mangi in troppa quantità,

tità, nè sola, mà con cipolla, & herbe calide come basilicò, rughetta, & dracone. Nõ si mangi se non ne' gran caldi della state da' giouani, & sanguigni, ò colerici, mà non da vecchi, nè in fredda stagione

---

ROSMARINO.

Dentibus, & gelido capiti, tumidisq; lacertis,
Et stomacho ignita est Rosmaris aptus ope.
Calfacit, incidit, morsus, & pectora curat,
Cit, coquit, abstergit, lumina acuta facit.

Rosmarino.

Nomi. Lat. *Rosmaris*, & *Rosmarinum*. Ital. *Rosmarino.*

Qualità. È caldo, e secco nel secõdo grado. I fiori sono mollificatiui, digestiui, incisiui, astersiui, resolutiui, aperitiui, & corroboratiui.

Meliore.

Scielta. Il megliore è il tenero, & fiorito.

Virtù.

Giouamenti. Riscalda lo stomaco, ferma i flussi, gioua à gli asmatici preso co'l mele, & alla tosse, è cordiale, & de i suoi fiori se ne fà co'l zuccaro conser-

conserua per confortar lo stomaco, il cuore, & la matrice.

Nocumenti. Con la sua agrimonia esaspera l'arterie.

Rimedi. Mangiato con mele gli si toglie ogni nocumento. La Quaresima i rametti fioriti, e teneri del rosmarino si bagnano, & aspersi di farina, & zuccaro, si friggono nella padella con olio dolce, & son molto soaui al gusto, & grati allo stomaco, & fritto il rosmarino insieme co'l pesce, lo rende piu sanno.

RVGHETTA.

Ignitam Venerem lentos Eruca Hymeneos
Excitat, & tremulis optima poplitibus.
Calfacit, & siccat. tenuat, cit, cõcoquit, inflat.
Enecat, & tineas, ac caput esa ferit.

Nomi. Lat. *Eruca*, Ital. *Ruchetta*, et *Rucola*.

Ruchetta

Qualità. E calda nel secondo grado, & secca nel primo la domestica, mà la saluatica è più calda, & più

secca

secca, assottiglia, apre, incide, et è astersiua.

Scielta. La migliore è la domestica tenerina, che non habbia fatto nè fiori, nà seme. *Migliore.*

Giouamenti. Dissolue la ventosità, prouoca l'orina, aiuta la digestione, è gratissima nell'insalate, accresce la sperma, et dà fortezza nelle battaglie, et moltiplica il latte. *Virtù.*

Nocumenti Eccita venere, offende la testa, et infiamma il sangue. *Vitij.*

Rimedi. Si mescolino con essa le frondi della lattuca, che così si fà vn vgual temperamento, ouero con endiuia, ò portulaga, et è più conueniente ne i tempi freddi, che nei caldi; non si mangi sola, mà con herbe frigide. *Misture.*

SALVIA.

Saluia costringit, lotium mensesq; ministrat,
Ictibus aduersa est, vlceribusq; malis.

Vix ſicca eſt calido ſtomachum, & cerebelia iuuabit.

Certa ſalus tremulis. Saluia poplitibus.

Dentibus, vrinæ recluſæ menſtrua ducens,

Hæc eadem influidis ventribus apta ſalis.

Saluia. *Nomi.* Lat. *Saluia, herba ſacra.* Ial. *Saluia.*

Qualità. Scalda manifeſtamẽte, & leggiermente diſecca, & ſtringe, è calda nel terzo grado, & ſecca nel ſecõdo.

Scielta. La domeſtica è migliore della ſaluatica.

Giouamenti. Conforta mangiata lo ſtomaco, & la teſta, conferiſce nelle vertigini, & nell'hemicrania temperando con la ſua decottione il vino, ò mangiando auanti al cibo quattro, ò ſei frondi freſche, vale à i morſi de i ſerpenti, corrobora gl'inteſtini, & conferiſce à i paralitici, epiletrici, prouoca i meſtrui, & l'vrina, & ferma i fluſſi bianchi delle donne la poluere della ſecca è gratiſſima per condimento de cibi, & è ſalutifera

Vertigine. Hdmicrania.

fera

fera al corpo, vale à tutti i defetti frigidi della testa; & delle giõture, fà feconde le donne sterili vsandola ne i cibi, et la sua decottion sana il prurito de' genitali; vsasi nelle salse, et ne' sapori per eccitar l'apetito, massime quãdo lo stomacho sia ripieno di crudi, et cattiui humori; mãgiata dalle donne grauide fà ritener le creature, le quali fortifica lo spirito vitale; la conserua fatta di fiori con zuccaro fà i medesimi effetti; et ne gli vnguenti doue và il mercurio, bisogna sempre mortificarlo con la saluia.

Giontura. *Prurito.* *Aborto.* *Mercurio*

Nocumenti. Il suo odore fa dolore di testa, posta nel vino imbriaca, perilche, auertiscano quei che sono essposti à catarri; et qualche volta è velenosa, percioche s'infetta essa facilmente da i serpi, et da' rospi de gli horti con l'alito loro velenoso, et con la saliua pestifera.

Serpi, & rospi.

Rimedi. Si laui con vino, et per tut-

to la saluia deue essere accompagnata con la ruta ne gli horti, accioche non sia infettata da gl'animali velenosi, che si ricouerano volontieri sotto la saluia. Non si conuiene à gioueni, ne al tempo della state.

SENAPE.

Vome olitor, lachrymas dabis ex arsura Cinapis;
Cura tibi est, misurum pena sequetur opus;
Phlegmato, muccosum vel si attenuata lienem;
In caput & febres ingeniosa potest.
Pellicere exanimem norit si prouida uuluam,
Soluat, & angustis imperet illa locis.
Inq; venenates fungos victura feratur,
Dira prius lachrymis vult maduiße tuis.

Senape. Nomi. Lat. *Sinapi.* Ital. *Senape.*

Qualità. E calda, & secca nel quarto grado.

Scielta. La megliore è la fresca.

Giouamenti. La mostarda fatta co'l suo seme prouoca mirabilmente l'appetito, mà per esser fumosa qualche *Appetito.*

volta

volta dispiace. Di questo seme con aceto, & mele fattene pasta, se ne fan pallottine seccandole al forno, ò al sole, si riserban per vso de' cibi, stẽperãdole con aceto, & sono molto dilletteuoli al palato, e vtili allo stomaco. Mãgiasi la mostarda ꝑ tirar fuori dalla testa le flẽme, & leua i difeti della milza, & emẽda il veleno d̃ i fõghi.

Mostarda

Nocumenti. La mostarda fatta di questo seme è fumosa, & se ne và co'l suo vapore in alto, penetrando qualche volta con dispiacere nel naso, & nel ceruello, & prouoca i starnuti.

Rimedi. Quando la mostarda offende il naso, s'odori il pane, & si mescoli con mosto cotto per correggerla.

SERPOLLO.

Serpillum Serpens obstat Serpentibus atris.
Sit lotium, & Menses, tormina sedat idem.
Menstrua Serpillum, vesicæ pondera, tabem
Pectore ab infirmo subtrahit igne suo.

Serpollo. *Nomi.* Lat. *Serpillum* Ital. *Serpollo.*

Qualità. E caldo, et secco nel terzo grado.

Scielta. Il domestico, cioè il trapiantato è megliore.

Giouamenti. Per il suo grato odore diletta ad ogn'vno, conforta lo stomaco, et per questo è buono ne i cõdimenti dei i cibi, et nelle salse. Ferma i vomiti del sangue; con mele è buon per il petto. Mescolasi nelle insalate, et leua il fetore dell'aglio, delle cipolle, et del porro, prouoca ancora i mestrui, et l'vrina.

Salse.

Fetor dell'aglio.

Nocumenti. E molto acre, & infiamma il fegato.

Rimedi. Bisogna vsarlo l'inuerno, & mescolato con qualche herba frigida è manco nosciuo, à i vecchi è molto conueniente.

SPI-

SPINACI.

Si leuioris edas brumæ Spinachia, primum
Eÿce ius succo, & dilue amygdaleo.
Si stomacho minus inuisa, & pcordia, & aluũ
Mulcet, clamosis commoda pleuriacis.

Nomi. Lat. *Spinachium*. Ital. *Spinaci*, dal seme spinoso. *Spinaci.*

Qualità. Son frigidi, & humidi nel primo grado.

Scielta. Son buoni teneri, nati in grasso terreno, & ruggiadosi.

Giouamenti. Allargano il petto, giouano alla tosse, rinfrescano i polmoni, & il fegato, temperano il feruor della collera, muouono il corpo, & se ben nutriscono poco, nondimeno non son di cattiuo nutrimento.

Nocumenti. Generano molta ventosità, et offendono gli stomachi frigidi, et mangiandone in souerchia quantità souertono lo stomacho.

Rimedi. Si cuocono nella padella

nel proprio liquore, & poi si condiscono con pepe, ò canella, sale, & vua passa, con agresta, ò succo d'aranci, leuata via l'acqua loro cō olio, pepe, succhi acetosi, & vua passa, ouero se ne fà con agliata, come vna frittata nella padella, o con latte d'amadole.

L'acqua de gli spinaci si getta.

SIO.

Cœna paludosis quod natū, & crescat in vndis,
Credideris gelido rore iuuare Sium,
Falleris, exustum est, vesicā, & mēstrua soluit,
Saxaq; de lumbis puluerulenta trahit.
Miraris? pluuio tantum hoc depascitur imbre.
Quicquid ab æthereis est potis hausit aquis.

Nomi. Lat. *Sium, Lauer*. Ital. *Sio, Laui, Gogorlestri*.

Sio. Laui.

Qualità. E caldo, & secco, come dal suo odore si può comprendere.

Scielta. E buono il tenero, & quel che nasce in acque limpide.

Giouamenti. Mãgiasi nelle insalate, cotto, e crudo, rompe, & caccia fuori le pietre delle reni; & della vessica, pro-

Renelle.

prouoca l'vrina, & i mestrui, & il parto, & gioua alla dissenteria, conuiensi, à gli hidropici, à gli itterici, & all'opilationi del fegato, e fà buona vista.

Nocumenti. Crudo è poco grato allo stomaco.

Rimedi. Si mangi cotto, ouero nell'insalate mescolati con lattuca, acetosa, & boragine, & altre herbe simili.

TRIBVLO.

Tribule in vndosis si nate paludibus, alges,
Cur tamen iratæ cornua frontis habes?
Secretas tutamur opes sub cortice dulcis
Esca latet, dulce hoc nec sibi ab igne datur.
Et mihi ab æthereo numerosa potentia rore,
Me maris, & cæli prouida cura fouet.
Languentes vereor fauces; me mãdere lumbus.
Discupit vrina, huic quum nocuiti ve lapis
Ex me mica iuuat; grauidas sed cõtrahit aluos
Me miserum mortis dos mea causa mihi.

Nomi. Lat. *Tribulus*. Ital. *Tribulo* acquatico. *Tribulo.*

Qua-

Qualità. E composta d'vna essenza humida poco fredda, & d'vna secca non mediocremente fredda.

Giouamenti. Mangiansi questi frutti come le castagne, onde si chiamano castagne aquatiche in alcuni luoghi, doue il grano è caro, la pouera gente li secca, & fanne farina, & dipoi pane, come altri fanno nelle mõtagne delle castagne secche, & alcuni cuocono i triboli sotto la cenere calda, & se li mangiano con molto gusto in fin del pranzo, & della cena, prouocano l'vrina, & vaglion al mal della pietra.

Pane.

Nocumenti. I triboli stringono il ventre.

Rimedi. Si mangino ben cotti, & accompagnati con zuccaro.

AVER-

AVERTIMENTI NELLE RADICI DELL'HERBE.

S'E fin quì detto à bastanza delle herbe, che vengono in vso nel cibo. Resta hora di trattar delle radici, intorno alle quali è d'auertire, che la primauera, & la state la lor virtù se ne và nelle frondi, ne i fiori, & ne i semi. Mà l'Autunno, et l'Inuerno sono potenti, et vigorose. Bene è verò, che l'vso loro serue più alla Medicina, che al cibo; percioche sono quasi tutte di cattiuo succo, et difficili à digerire. Si mangiano sicuramente quelle radici, che sono di piante domestiche, che sono in vso, et tenere, et di piante gioueni, et cauate di fresco. Hanno le radici due parti, la scorza, et la parte legnosa, et in alcune è meglio la scorza, la parte esteriore è più calda

del-

dell'interiore, & questo nelle radici fredde è meglior la parte esteriore, come nelle calde l'interiore, massime non essendo legnosa. Quanto poi alla lunghezza, la parte di mezo, è megliore, eccetto in quelle piante, c'hanno la midolla dolce presso à i lor germini, come ne i Cardi.

AGLIO.

Allia calfaciunt, siccantq; venenaq; vincunt.
Visũ habetant, stomachũ lędere cruda solet.
Si q̃ Cœna sapis, minimũ est insulsa; q̃d optas.
Horrida cum exustis Allia verticibus?
Hæc graue olent capiti, nec cõuenientia ocellis,
Pulmoni, & raucæ sint licet apta gulæ.
Hæc ut noris edas, quantas prorumpet in iras
Vessica, & venter depositurus onus.

Aglio. Nomi. Lat. *Allium*. Ital. *Aglio*.

Qualità. E caldo, & secco nel quarto grado, è acuto, & hà facoltà mordificatiua, digestiua, apitiua, & incisiua.

Scielta.

Scielta. Il fresco è megliore, ch'è quello che la Quaresima si mangia nell'insalate, & il secco, che si ripone, che habbia molti germogli.

Giouamenti. Mangiato ne i cibi è rimedio à tutti i veleni, et però si chiama la Theriaca de' villani. Ammazza, & caccia fuori i vermini del corpo, pruoca l'orina, & gioua al morso delle vipere, è vtile à gli hidropici, alla tosse antica, & fa buona voce: Ripara à i nocumẽti che dar possono le mutation dell'acque, & dell'aria. Corregge la frigidità, & humidità dell'insalata. A i nauiganti è sommamẽte vtile l'aglio, perche rattifica l'aere corrotto dalle puzze delle sentine, & resiste alla nausea del mare. Fassi dell'aglio con noce, sale, & pane l'agliata con due frondi di saluia, che è grata al palato, & allo stomaco, & eccita l'appetito.

Veleni.

Teriaca de i villani.

Acque come si correggono.

Aer rettificare.

Nausea del mare.

Nocumenti. Eccita venere, nuoce alla

virtù

virtù espulsiua, al ceruello, alla vista, al capo, et fà venir sete, nuoce alle donne grauide, et rinuoua le doglie antiche, et fà adustione di sangue, nuoce alle morici, et alle donne che allattano. Fà mal fiato, et noioso, è cibo acuto, et offende il fegato, che è principal fondamento della sanità; et q̃do l'aglio germina è più nociuo, che il germinar è segno di putredine.

Fiato. *Fegato.*

Rimedi. Cuocendosi perde la malignità, mà le sue virtù diuẽtano più deboli. Mangiandosi con oglio, et aceto, ò con altre viuande il crudo è mãco nociuo. Si cõuien à i vecchi, et l'inuerno, mà è contrario a' gioueni, massime le state, Si leua la puzza dell'aglio mangiãdo dapoi faue crude, apio verde, e foglie di ruta fresche.

CAROTE.

Difficilis coctu est, inflatq; Carota, paresq;
Ipsa gerit vires ijs, quas communis habere

Pasti-

Pastinaca ſolet, condita hæc eſtur aceto
Rubra, ſed alba modo rapæ eſt in iure coquenda Carnium.

Nomi. Lat. *Carota*. Ital. *Carota*, & *Carotola*.

Carota.

Qualità. Sono calide nel ſecondo grado, et humide nel primo.

Scielta: Le roſſe ſono megliori, le groſſe, dolce, et quelle dell'inuerno.

Roße.

Giouamenti. Le roſſe, et le bianche. ſono di buon guſto nelle menſe, tanto nelle inſalate, quanto in mineſtre; prouocano il latte, i meſtrui, et l'orina, et aprono l'opilationi.

Bianche.

Nocumenti. Nutriſcono mãco delle rape, nè ſi digeriſcono coſi facilmente, et generano ventoſità, non danno troppo buon notrimento.

Rimedi. Le roſſe cotte bene, et condite con aceto, olio, et ſenape, ò coriandro, ò pepe; et le bianche cotte in buon brodo di carne perdono la loro malitia.

Virtù.

CI-

CIPOLLA.

Cepa iuuat stomachũ, reuocando sitimq; famẽq;
Calfacit, incidit, largior vsus obest.

Cipolla.

Nomi. Lat. *Cepa.* Ital. *Cipolla.*

Qualità: E calda nel terzo grado, & secca nel secondo.

Scielta. Le migliori sono le grosse, nate in luoghi paludosi di molto succo, di forma ritonda, le Gaetane sono ottime, & le rosse.

Giouamenti. Vale al nocumẽto dalla mutatione dell'acq;. Fà venir buono appetito assottiglia gli humori, fà buon colore, accresce la virtù genitale.

Nocumẽti. Cruda mãgiata in molta quãtità fà dolere la testa, infiãma il sangue, offusca la vista, & nuoce al l'ĩtelletto, accresce la libidine, apre le morici, et induce sono profondo.

Intelletto.

Rimedi. Cotta pde ogni malitia, et diuenta bonissima, massime se si mã-

gia

gia cotta co'l petroſello; mangiandola cruda ſi faccia ſtar tagliata in acqua freſca, che all'hora diuēta dolce, e cibo da contadini, & da quelli, che molto s'affaticano, & ſi cōuiene à i tempi, all'etadi, & alle compleſſioni frigide, mà nuoce alle cōtrarie.

FONGHI.

Noxius eſt vſus Fungorum; namq; venenum
Exitiale ferunt; praua alimenta creant.
Si placeant, rabidi caueas contagia ferri.
Cumq; venenatis putrida quæq; lotis.
Fungus obeſt capiti, & ſtomacho; caligine sēſus
Velat, & eſt cordi pernicioſa lues.
Niq; ſalutiferi medicamenta pura Falerni
Hauſeris, vrinæ vix erit apta via.
Funge vale, genitum nil mirer nocte ſua vna;
Sic properant rabido noxia quæq; pede.

Nomi. Latin. *Fungus*. Ital. *Fonghi*. *Fonghi.*

Qualità. Son frigidi quaſi vicino al quarto grado, & humidi nel ſecondo.

Scielta. Quei che naſcono ne i noſtri

N monti

monti Apennini l'Aprile ne i prati, detti ſpugnoli, ouero prataioli, & quelli che ſembrano roſſi di oua, che ſi chiamano boleti, & quelli che ſon prodotti nel legno del pioppio.

Giouamenti. Son grati allo ſtomaco, perche fan venire appetito, & riceuono tutti i ſapori. I fonghi poiche naſcono nelle pietre ſecchi all'ombra, & poluerizati, preſi al peſo di ſcropolo con vino, ò brodo, mitigano i dolori colici, & renali, prouocãdo l'orina, & cacciando fuor le pietre, & le renelle, mà ſi piglia quattro hore auanti al cibo.

Fonghi di pietre.

Nocumenti. Cauſano lo ſtupore, & la apopleſia, & ſoffocano.

Rimedi. Gli inſalati diuengono ſecuri, mondati, & ben cotti ſi poſſono mangiar ſicuramente, cuocendoli con pere acerbe, baſilicò, pane, aglio, & calamento, conditi poi con olio, ſale, & pepe. Il meglio è man-

Fonghi ſalati.

giarne

giarne pochi, & beuergli appresso vino buono.

FONGO DI PIETRA.

Vltimus exposcit primos sibi lyncis honores
Fungus, honoratas dignus adire dapes.
Igneus est, iecori, & renum medicina lapillo,
Vesicæq; datur, prandia grata gulæ.
Quod lapide est ortus forsan mirabere mirum,
Grandius est, lapidem mox alit ille suum.

Nomi. Lat. *Fungus lyncurius, & lynceus.* Ital. *Fongo di pietra.*

Fonghi di pietre.

Qualità. Non è di quella frigidità, che gli altri fonghi, & però è aperitiuo.

Scielta. Son buoni quelli che nascono nella montagna di Colleparдо giurisdittion de gli Illustrissimi Signori Colonnesi, dal qual monte hà origine l'acqua d'Anticoli.

Giouamenti. Questi non son fonghi nociui, anzi sono medicinali, percioche

che ſecchi all'ombra quando ſiano creſciuti alla grandezza di vna tauola d'vn tauoliero, biſogna appicarli per il piccuolo all'ombra, in modo che non ſiano offeſi da vento, ò da poluere, & come ſon ſecchi, ſe ne fà poluere, della quale ſe ne dà da vno ſcropulo fino à duo con acqua di fior di faua, ò con vino, o con brodo di decottione d'anonide quattro hore auanti al cibo, che mitiga i dolori colici, & renali, prouocando l'orina, e cacciando fuori le pietre, & le renelle, fanno queſte pietre i fonghi ſotterandole in terra; coprendole di ſopra cō poca terra, & ſi deuono inacquar la ſera, & la mattina, che non li tocchi il ſole: il piccuolo, che reſta nella pietra diuenta pietra ancor lui, & coſi viene creſcendo ogn'anno, & facendo più fonghi.

Dolori colici.

Pietre, & renelle.

PAS-

PASTINACA.

Pastinaca mouet lotium, cit menstrua, nutrit,
Excitat, & Venerem, tetra venena fugat.
Ista licet stomacum, vel bis decocta, lacessat,
Et coitum inflato rore superba ciet.
Si coquus, & pipere, & melli, i munere mulsi
Condiat, & stomacho grata erit, & Veneri.

Nomi. Lat. *Pastinaca*. Ital. *Pastinaca*. *Pastinaca*

Qualità. E calda valorosamente, è asterſiua, & ſottigliatiua.

Scielta. Le tenere ſono megliori, & le nate in graſſi terreni.

Giouamenti. Mangianſi cotte, & condite in varij modi, come inſegna il Platina nel libr. 5. cap. 15. & han le medeſime virtù, che le carote, imperoche prouocano i meſtrui, & l'orina, & aprono l'opilationi. *Condite*

Nocumenti. Danno poco, & cattiuo nutrimento, tardi ſi digeriſcono, generano molta ventoſità, ſtimulano venere, eccitano la rogna, e ge-

nerano ſangue cattiuo, & pieno di ſuperſluità.

Cottura. *Rimedi*. Perdono la malitia loro cuocendole bene, leuato prima il legnoſo midollo di dentro, & poi con aceto, olio, & ſenape ſi condiſcono, ouero leſſe prima, e poi fritte con butiro, ò con olio nella padella s'accompagnano con ſalſe, ò ſapori. Sono buone ne' tempi molto freddi per i giouani, & per tutte le compleſſioni, eccetto che per i vecchi, & flemmatici. Si ripara ancora à i nocumenti loro leſſandole prima à due acque, poi ricuocendole la terza volta con lattuca, coriandro, & cipolla, aggiungendoui poi olio, aceto, pepe, & mele, ò moſto cotto.

PORRO.

Calfacit incidit Porrum, cit pectora purgat,
Somnia tetra parit, viſceribusq; nocet.

Tabida

Tabida cui pulmonis membra, & anhelum
Pectus, eum Porri torrida cæna vocet.
Cura mihi est stomachus, placidissima somnia, dentes.
Eis licèt elixum, non tamen illud edam.
Hoc colat, ingratæ cui fœmina cura colendæ,
Quique nec adstrictis renibus esse velit.
Munera non tanti veneris pensantur, vt aluo
Postposita, irati tormina ventris amem.

Nomi. Lat. *Porrum*. Ital. *Porro*.

Qualità. E caldo nel terzo grado, & secco nel secondo. *Porro.*

Scielta. Il meglio è il coltiuato in luoghi acquosi, & sia picciolo.

Giouamenti. Prouoca l'orina, & i mestrui, dissolue la ventosità, incita al coito, & cotto con mele, purga, & netta i polmoni, & mangiato, con sale, purga lo stomaco dalla flemma; le foglie cotte, & impiastrate giouano al dolore delle morici; cotto sotto la cenere, & mangiato supera de i fonghi il veleno, risolue la crapula, & l'ebbriachezza, sana i dolori co- *Morici.*

colici, conferisce à gli asmatici con acqua d'orzo, ò mele, sana la tosse, fà buona voce, fa le donne feconde, cotti i suoi capi, due volte mutando l'acqua, fermano il ventre, & giouano al tenesmo.

Nocumenti. Genera ventosità mãgiato crudo, offende la testa, fà sogni horribili, offusca la vista, aggraua lo stomaco, & nuoce à l'vlcere delle reni, & della vessica. Fà il porro doler la testa, genera cattiui humori, corrompe le gengiue, e i denti.

Testa.
Gengiue.

Rimedi. Si leuano i suoi nocumenti cuocendolo due volte, & poi mettẽdolo in acqua fresca, & s'apparecchia con olio d'amandole dolci, & con esso si mangia lattuca, endiuia, & procacchia; è cibo da villani, et da chi molto si fatica, è pessimo il porro in tutti i tempi, à tutte l'etadi, & complessioni, et si deue mangiare dopò gli altri cibi.

RADICE.

Calfacit hortenſis Raphanus, ructusq; mouebit,
Proderit ante epulas, poſtea ſumptus obeſt.
Hic eat, aut Raphanus poſtremo accũbat in orbe
Menſa magis ſapida, ſi ſit onuſta dape.
In caput, & dennes, limoſoq; igne in ocellos.
Sæuit, & hinc ſtomachus, nauſeat aſſidue.

Nomi. Lat. *Raphanus, & Radix*. Ital. *Rafano, & Radice*.

Radice.

Qualità. E la radice calda nel terzo grado, et ſecca nel ſecondo: è digeſtiua, inciſiua, aſterſiua, et rarefattiua.

Scielta. Le megliori radici ſon quelle, che ſono tenere, acute, et che habbiano ben ſentito il freddo, et quelle che hanno la ſcorza negra ſono di ſoaue guſto.

Giouamenti. Mangiata prouoca l'vrina, mollifica il ventre, manda fuori le pietre, et la renella dalle reni, et dalla veſſica, ſono le radici grate allo ſtomaco, tagliandole minute,

met-

mettendole nell'acqua, & insalate, moltiplican il latte, & fanno saper buono il bere, chiariscono la voce, & vagliono contra il veleno de' fonghi, acuiscon i sensi, lesse vaglion alla tosse antica, muouono il corpo mangiate dopò gli altri cibi.

Latte. Fonghi.

Nocumenti. Fà smagrire, genera ventosità, moue rutti puzzolenti, tardi si digerisce, offende la testa, genera pidocchi, nuoce à i denti, & la vista, accresce i dolori artetici, fà raucedine.

Pidocchi.

Rimedi. Tagliata minuta, & infusa nell'acqua, & poi insalata è manco nociua. Mangiata dopò cena nõ aiuta la digestione, come molti han pensato, anzi molti ne son restati offesi; ben è vero che à quelli che hanno stomaco caldo non atto à generar ventosità, si conuengono le radici nel principio della cena, mà quando fusse il contrario, dopò cena son più secu-

Radici dopò cena nociue.

ſecure. Son buone ne i tempi freddi per i gioueni, & per quelli che molto s'affaticano, & ſono (come s'è detto) di caldo ſtomaco.

RAMORACCIA.

Syluestris Raphanus tenuans eſt, calfacit, inflat
Vincit, & hortenſem viribus iſte ſuis.

Nomi. Lat. *Armoracia*, *Raphanus Syluestris*. Ital. *Ramoraccia*.

Ramoraccia.

Qualità. E calda nel terzo grado, & ſecca nel ſecondo, & è più acuta della radice.

Scielta. Le megliori ſono le tenere, & che hanno le radici biforcate.

Giouamenti. E grata al guſto, prouoca l'orina, & i meſtrui, gioua à gli hidropici, & à gli ſplenetici, acuiſce i ſenſi, è efficace contra la toſſe antica, & morſi delle vipere, & è ſalutifera à coloro che ſi ſtrangolano per hauer mangiati i fonghi, cacciano

Senſi.

Fonghi.

Pietre.

fuori

fuori le renelle, & le pietre della vessica, & il suo succo beuuto nel bagno al peso di due oncie caldo, rompe le pietre, & quelle delle reni le caccia fuori, mà quelle della vessica, se son fragili le spezza solamente; il medesimo succo tira fuori dal petto la marcia, & vale cõtra i veleni, massime l'olio che si caua dal suo seme: in somma è più efficace in tutte le cose della domestica.

Olio del seme.

Nocumenti. Genera ventosità, moue rutti fetidi, & infiamma il fegato, & difficilmente si digerisce.

Rimedi. Si leuano i nocumenti della ramoraccia con il suo seme, oueramente cuocendola, & mangiandone in poca quantità; è conueniente l'inuerno, & à gli stomachi robusti, & calddi.

RAPA.

Rapa ciet lociũ, & venerẽ confer tq; podagris,
Antidotũ est, & alens, praua alimẽta paris.

Sunt

Sunt calidæ, & rigido gaudẽtes frigore Rapæ,
Humidus hinc illis turgidulusq; liquor:
Gloria Nursinis, sitientes cedite Napi,
Educet ipse licet, vos Amiternus ager;
Cũ sapiat veneri magis, hæc si crassa, & obesa,
Cæna ea postremo lenta sub orbe forat.

Nomi. Lat. *Rapum*, & *Rapa.* Ital. *Rapa, e Rapo.*

Qualità. E calda nel secondo grado, & humida nel primo.

Scielta. Le rape buone sono quelle che nascono in luoghi grassi, & colte in tempi freddi, & le Norcine son le megliori.

Norcine.

Cottura.

Giouamenti. Cotte in brodo di carne sono le rape di gran nutrimento, & le cime mangiate lesse prouocano l'vrina, accrescono il coito, & fanno vista; fanno appetito, serbate in salamoia; sono le rape di gran nutrimento, cotte in brodo di castrato, vagliono contra la quartana, & altri mali malenconici, & aggiuntoui finocchio assottigliano la vista.

Nocu-

Nocumenti. Genera ventoſità, & acquoſità nelle vene, & opilatione nei porri. È di tarda digeſtione, & tal hora mordica il ventre, & lo fà gonfiare, riſcalda le reni; cruda, è nemica allo ſtomaco; arroſtire, & acconcie con aceto in inſalata, eccitano l'appetito, mà ſono ſoffocatiue ſe hanno niente di fumo.

Cottura.

Rimedi. Poſte le rape nell'acqua fredda, & due volte cotte, buttando via quell'acque, ſi cuocono in brodo di carni graſſe con finocchio: l'arroſtite per inſalata non ſi ponghino ſopra i tizzoni, oue è il fumo, perche acquiſtano qualità ſuffocante, mà ſi cuocano ſopra i carboni acceſi.

SCALOGNE.

Cæna mihi ſcite eſt aptum, Aſcalonia, tarde
Ieiunis veniunt deſtituenda coquis.
Illos calfaciant, hebeti repleantq; liquore.
Vtq; minus noceant, illa recocta Vorent.

Nomi.

Nomi. Lat. *Ascalonia*. Ital. *Scalogne*. *& Bulbi*. Scalogne.

Qualità. E calda quasi nel quarto grado, & secca nel terzo.

Scielta. Le picciole sono migliori, rosse, dure, & dolci.

Giouamenti. Sono molto grate nelle mense per primo pasto, per suegliare l'appetito, dal souerchio caldo debilitato, & perche faccia ancora più saporito'l bere: accresce il coito, e lo sperma.

Nocumenti. Generano ventosità, moltiplican gli humori grossi, fan dolere la testa, & inducon sete, & sono, offendono la vista, esasperano la lingua, & le fauci; è da guardarsi dal copioso vso loro, perche offendono i nerui, onde sono a' vecchi, & à gli epilettici molto nociui.

Rimedi. Si ammaccano prima, & infuse per vn pezzo nell'acqua fresca si condiscono con aceto, olio, & sale, Conditura.

aggiun-

aggiungendoui ſaluia trita, & petroſello. Reſtano ancora ſenza malitia, ſe due volte leſſe ſi condiſcono come ſi è detto, che all'hora ſon più ſoaui, & più nutritiue, & più nette di ventoſità, & più facili à digerire, mà vogliono poca cottura. Si conuengono alle compleſſioni calde, condite come ſi è detto.

TARTVFI.

Tubera, bilẽ atrã generant, ægreq́; coquuntur
Et capiti & neruis, ventriculoq́; nocent.
Vltima ſint noſtræ poſt pulmentaria cœnæ,
Mixta ſit in noſtris, ut venus ipſa iocis.
Si turgẽt; æquũ eſt ventoſa tonitrua, & imbres
Hæc genuere: piperchiaq́; vina bibam.
Sic facile ſtomacho ſunt adducentia chymos,
Nec veſica tumet, nec dolet Iliacus.
Cui caput obtuſum, & triſte eſt, molleſq́; lacerti
Exeat, his tantum Tubera cœna negat.

Tartufi. Nomi. Lat. *Tubera*. Ital. *Tartufi, & Tartufoli.*

Qualità.

Qualità. Son caldi, et humidi nel ſecondo grado, et riceuono tutti i condimenti, che lor ſi danno.

Sceltà. I maſchi, cioè i negri ſono meglior de i bianchi, che ſon femine, et i groſſi parimente, et grandi, con la ſcorza granelloſa, et dura, molto freſchi, non putridi, et di buono odore.

Giouamenti. Si mangiano cotti, et crudi, ſono ſoaui al guſto, perche hanno odore di carne, eccitano gli appetiti venerei, et moltiplicano lo ſperma, generano groſſo nutrimento, mà non cattiuo; ſono buon ſuccedaneo de i tartufi, le caſtagne cotte ſotto la cenere, poi monde, et cotte in vn tegame, con pepe, olio, et ſucco di aranzi, con vn poco di ſale; meſſi i tartufi nelle caſſe danno alle veſti nõ ingrato odore.

Caſtagne.

Odore alle veſti.

Nocumẽti. Sono vẽtoſi, malenconici, et inimici a' nerui, alla teſta, et allo

O ſtoma-

ſtomacho, & fanno triſto fiato, & vſandoſi ſpeſſo generan apopleſſia, & paraliſia, & ſono difficili à digerire; quelli che ſono arenoſi, ſono inimici à denti. Se ne trouano oltre à ciò di quelli che ſtrangolano à guiſa dei fonghi; fanno dolori colici, & difficultà d'orina, & fan venir la podagra.

Denti.

Rimedi. Si lauino con vino, ſi cuocano ſotto la cenere, poi mondi ſi ricuocano con molto olio, pepe, & ſale, & ſucco di limoni, ò d'araci, ouero ſi faccino bollire in brodi graſſi con canella, & appreſſo ſi beua vin buono, & puro. Mà biſogna mangiarli in fin del paſto.

Cottura.

AVERTIMENTI NEI FRVTTI.

QVantunque i frutti nel reggimento della ſanità non conuengano per nutrimēto, eſſendo che

poco

poco nutriſcano, & generino ſangue putrido, & ſiano pieni di molta ſuperfluità; nondimeno gl'huomini gli vſano per molte altre vtilità: dal che ſi conclude, che non biſogna vſarli troppo frequentamente, nè in gran quantità, perche quel che ſi piglia per medicina, & non per nutrire, biſogna pigliarlo in poca quantità.

Frutti, & loro vtilità.

Hora la prima vtilità, & che ſi riceue da i frutti è, che mitigano la colera, eſtinguono il feruor del ſangue, & rinfreſcano, & humettano il corpo. Et à queſto effetto biſogna mangiarli auanti al cibo, & beueruì ſopra vino inacquato, accioche più preſto paſſino alle vene, & rinfreſchino: & coſi la ſtate ſono conuenientiſſimi alle coleriche, & ſanguigne compleſſioni. La ſeconda vtilità è, che lubricano il ventre, & per queſto biſogna mangiarli nel principio della menſa, nè ſi deue mãgiar ſubito ſopra altro

 cibo;

cibo; mà bisogna intermetterui vn poco di tempo; et questi sono l'vua, i fichi, pruni, i mori, le persiche, e le cerase. La terza vtilità è, che constringono il ventre, et per questo effetto bisogna nel principio del pasto mangiarli; et tali sono i cornioli, li cotogni, nespoli, lazarole; mà bisogna mangiarne in poca quantità, perche difficilmente si digeriscono, et sono di nutrimento cattiuo: mà nell'vso de' frutti, bisogna seruar queste regole.

Regole ne' frutti.

I. Che tutti i frutti si fugghino da i podagrosi, massime gli humidi, et acquosi, et viscosi, che non c'è cosa più vaporosa.

II. Che tutti i frutti freschi, et humidi sono peggiori de i secchi.

III. Che i frutti che si mangiano dopò il cibo, sono migliori cotti, che crudi.

IIII. Che i frutti lenitiui del vẽtre

sempre

ſempre ſi mangino auanti all'altri cibi, come i coſtrettiui dapoi.

V. Che i frutti ſtitichi preſi auanti al cibo ſtringono, come preſi dopò il cibo ſoluono il ventre.

VI. Chi hà lo ſtomaco freddo, & humido mangi cibi caldi, et ſecchi; mà ſe ſarà lo ſtomaco caldo, et ſecco, ſi mangino frutti freddi, et humidi, che in queſta guiſa non nuoceranno.

VII. Che i frutti ſi vſino perfettamente maturi, eccetto i mori, i quali biſogna vſarli prima, che per la maturità diuentino negri, perche coſi ſon cibo di ragni, et di moſche, et infettando il ſangue lo preparano alle putredini.

VIII. Che la diuerſità de i frutti non ſi vſi in vna menſa medeſima.

IX. Che quelli ſono megliori frutti, et più laudabili, che ſon manco putreſcibili; et parimente biſogna guardarſi da quei frutti, ne i quali

frutti velenosi. albergano vermi, che generano febri continue: & questi si conoscono, che sono scoloriti, & perche dei frutti da gli alberi si ritrouano trentasei sorti, delle quali dodeci si mangian tutti, di questi trattaremo nel primo luogo.

CEDRI.

Medica mala sumus, pelli vis ignea nostræ est,
Humentis brumæ, nec bene cocta caro.
Terreus est humor, sectantur semina pellem.
Flos calet, & folium, sic voluere Dei.
Tarda caro, est succus cholerã fluxusq; morat.
Cor tepet hinc ardens, hinc tua mẽbra nitẽt.
Semina, flos foliũ, & cortex frigentia mulcẽt
Corpora, & epurant aera pestiferum.
Sola tamen volumus mandi, sic gratus, olescẽs,
Nos bona dic veneri, non mala, nec medica.

Cedri. Nomi, Latin. *Citra mala, mala medica.* Ital. *Cedri.*

Qualità. La scorza è calda, & secca nel terzo grado; la polpa refrigera nel

nel primo grado, & humetta: l'agro è freddo, & secco nel terzo grado: il seme è come la scorza.

Giouamenti. La sua scorza mangiata, ò vsando la sua decottione fà buõ fiato, & fà digerire il cibo; il seme rimedia à tutti i veleni, massime à quel de gli scorpioni beuuto, & prouoca i mestrui, & ammazza i vermi del ventre, pesto, & dato con agro di cedro à digiuno, mangiato tutto vale contra la peste, contra l'aria corrotta, & cõtra il veleno; l'acqua stillata di tutto il cedro è molto soaue al gusto, & sommamente conferisce al cuore, & al ceruello, & data con la conserua di cedro, è mirabile contra le febri pestilentiali, ch'estingue la sete, & la febre, & resiste alla putredine, & alta la concottione de humori, & l'acqua stillata da' fiori è valorosissima contra la peste, & contagion dell'aere, contra le febri pestilentiali, & le pe-

Veleni.

Acqua di cedro.

tecchie, che è molto amica al cuore, prouoca valorosamente il sudore, et leggiermente eccita il vomito. Leggesi che mandandosi duo alla morte, passando dinanzi ad vn hoste che mãgiaua il cedro, mosso egli à compassione di quei miseri, gli diede à mangiare del cedro per confortarli, giũti poi al luogo doue haueano da morire, fur morsi da serpenti, senza esser punto offesi, et fù pensato, che ciò auenisse per i cedri mangiati, onde la mattina seguente si diede à mangiare il cedro ad vno, et all'altro nò, et percossi da quei fieri, et velenosi, animali, quel che hauea mangiato il cedro campò, et l'altro morì; et così manifestossi quanta forza hauesse il cedro contra il veleno. La scorza condita è molto vtile alle cose sudette, et l'olio cauato dalla scorza, ò dal seme è molto cordiale vngendosi i polsi, et la ragione del cuore.

Cedro contra veleno

Scorza di cedro condito. Olio di cedro.

Nocu-

Nocumenti. Si digeriſcono tardi, ſono moleſti à quei ch'hanno la teſta calda, et mangiati la ſera cauſano vertigine.

Vertigine.

Rimedi. Le viole, ò il zuccaro violato mãgiato dopò loro, leua la lor malitia, et cõditi cõ zuccaro ſon buoni ad ogn'vno, in ogni età, et ſtagione.

CELSI.

Acribus eſt gelidus, ferveſcẽs dulcibus humor,
Dulcia mox putrent mora vorata tibi
Acria ſi ventres choleram ſubigentia durant,
Veſicæ effluxus plenior inde tibi eſt.

Nomi. Lat. *Mora*. Ital. *Moro*, & *Moro celſo*.

More.

Qualità. Le more quando ſono mature ſono calde temperatamente, et humide nel ſecondo grado. L'acerbe ſono fredde, & ſecche.

Scielta. Le megliori ſon le negre, le groſſe, et bẽ mature, nõ toccate d'animali, et colte auanti il leuar del ſole.

Giouamẽti. Leniſcon l'aſprezza della

 gola,

gola, leuano la ſete, lubricano il corpo, eccitano l'appetito, & ſmorzano la collera, mangiate auanti al cibo, preſto ſcendono dallo ſtomaco, mà mangiate dopò, ſubito ſi corrompono, il che fanno ancora quando ritrouano nello ſtomaco cattiui humori.

Nocumenti. Danno pochiſſimo nutrimento, come fanno i peponi, nondimeno non cauſano il vomito, nè ſono contrarij allo ſtomaco, come quelli. Generano ventoſità, fandolore di ſtomaco, & lo conturbano, ritrouandolo pieno di cattiui humori, & facilmente ſi corrompono.

Vino.

Rimedi. Lauate co'l vino ſon manco nociue, & parimente mangiandoci qualch'vna dell'acerbe, & mangiandole con vn poco di zucchero. Si conuengono la ſtate à gioueni, che ſono colerici, & ſanguigni, et che hanno lo ſtomaco netto da cattiui humori.

CO-

COTOGNI.

Sicca leuis brumæ, quod poma Cydonia mele,
Cocta iuuent stomachũ, mensa secũda rogat.
Frenãt vina, tument, fluxus remorata lacertis
Sunt nocua, & nimio cursibus apta cibo.

Nomi. Lat. *Cotonea mala, & Cydonia,* Ital. *Mele cotogne.*

Cotogni.

Qualità. Sono le cotogne fredde nel primo grado, et secche nel secondo, et sono constrettiue.

Scielta. Le mele cotogne sono megliori, che i peri cotogni, che questi sono maggiori, & quelle sono picciole, piatte, compartite in fette, gialle, lanuginose, piú odorate dell'altre, et deuono esser ben mature; le terze mele cotogne, poi sono quelle, che sono insitate l'vna nell'altra.

Specie.

Giouamenti. Si mangino nelle seconde mense, che sigillano lo stomaco, aiutano la concottione, et muouono il corpo se si mangiano in quã-

tità,

tità se bisogna di ristringere il corpo, si deuono mangiare auanti al cibo, che così assicurano la testa dell'vbriachezza; sono grate al gusto, risuegliano l'appetito, rallegrano, & confortano il cuore, fortificano la bocca del stomaco, stagnano i flussi, & racconciano gli stomachi guasti, fermano il vomito, & tengono à basso i vapori, che non ascendono alla testa, & benche siano constrettiue, prouocano nondimeno per accidēte l'orina; mangiale crude giouano alla dissenteria, et à gli sputi sanguigni, & raffrenano i veleni mortiferi; le cotognate fatte con mele, ò con zuccaro, sono vtili à i sani, & à gl'infermi; fassene ancora vn'vtile siropo, co'l quale si fanno gl'intingoli, chiamato miua di cotogni.

Cotognate
Siroppo.

Nocumēti. Mãgiate crude generano ventosità, fanno dolor pungitiuo nel ventre, nuocono à i nerui, & fanno

risuegliare i dolori colici, difficilmẽte si digeriscono, & odorate troppo spesso offendono la testa; quelle che si seruano p l'inuerno guastano l'vue se si appendono presso à loro, però bisogna appenderle separatamente, & nel mele si cõseruano lungo tẽpo.

Cotogni come si conseruino.

Rimedi. Sono manco nociue, quando sono ben mature, & cotte nel mele, ouero dopò che sono cotte mettendoci sopra molto zuccaro, ò muschio, ouero facẽdone la cotognata. Si cuocono ancora nel mosto, & la più facile, & breue cottura è di mettere il cotogno in vn pignatto nuouo, coprirlo, & darli brascia di sotto, et di sopra nel coperchio.

CORBEZOIE, CIOE' ARBVTO.

Arbuta sorba, tenẽt fluidos, & mespila vẽtres,
Paruo succescunt haec tria poma gelu,

Haec

Hæc fugias nitido dum cortice poma rubescũt.
Vix simul eueniunt & decor, & bonitas.

Arbuto.

Nomi. Lat. *Arbutus, & Vnedo.* Ital. *Arbuto. Albatro, & Cerase Marine, & Afriche, & Corbezzolle.*

Qualità. E frutto d'acerba natura, astringe, et corrobora.

Scielta. Le grosse, et ben mature, et nate ne i colli, et ne i monti.

Giouamenti. E molto valoroso l'arbuto doue bisogna corroborare, et restringere. Dassi l'acqua lambiccata dalle frondi, ò dai fiori con poluere d'osso di cuor di ceruo; ò del corno istesso raso sottilmente, per cosa

Peste.

gioueuole nella peste, massimamente auanti, che si confermi il male; et la sua decottione, et la poluere delle frondi vale al medesimo; i frutti ristagnano i flussi, et son grati ài tordi, alli storni, et merli.

Nocumenti. Sono questi frutti al gusto sciapiti, et austeri, et nel man-

giargli

giargli pungono alquanto la lingua, et il palato che par proprio, che siano piene di sensibili reste; offendono lo stomaco, et fanno doler la testa.

Rimedi. Bisogna mangiarli ben maturi, et in pochissima quātità, anzi non bisogna mangiarne più d'vno, et però è detto questo frutto vnedo.

Vnedo perche si dica

FICHI.

Igne repet modico, primoq; est tempore Ficus.
Mollior, vrenti mox sitit igne magis.
Candida, Purpureis, nigrisq; est gratior; omni
Piguor hæc fructu est, vberiusq; fouet,
Si noua, sit nocua, est stomacho, & de sēsibus ap(ta
Effluet, ardenti in social a nuci est.
At siccatæ aperit, sordesq; potentis effert,
Nec minus ista mali sanguignis esse solet.
Frigida membra calent Ficu, præcordia lenit,
Et caput, hanc primam mensa liberq; ferant.

Nomi. Lat. *Ficus*. Ital. *Fichi*.

Fichi.

Qualità. Sono i fichi freschi caldi nel primo grado, et humidi nel secō-

do, mà i secchi sono manco humidi.

Scielta. Megliori sono i bianchi poi i rossi, & vltimamente i negri, & quelli che hanno la scorza più sottile più facilmente si digeriscono; si mangiano i maturi, & senza scorza, ben netti, & mondi.

Spetie.

Giouamenti. Notriscono ottimamẽte, purgano le reni dalla renella, preserua dal veleno, & nutriscono più de gli altri frutti, cauano la sete, & nettano il petto, ingrassano, fanno buono colore, gioua al coito, & ben maturi son sicurissimi. I secchi giouano alla tosse, si mangiano contra la peste, con noci, foglie di ruta, & sale; sono buoni in tutti tempi massime l'autunno, à tutte le complessioni, & à tutte l'ettadi, eccetto à i decrepiti.

Decrepiti.

Nocumenti. Generano ventosità q̃do se ne mangiano molti, offendono lo stomaco, à quei che patiscono

dolori

doloricolici, & che sono pieni di cru dità, nuocono alle reni vlcerate; le secche fanno venir sete, & nuocono al fegato, & alla milza, fanno venir la rogna, & generano moltitudine di pedocchi, & opilano.

Rimedi. Quando si mangiano freschi, bisona beuere appresso loro acqua fresca, sì perche li fà più presto descendere nel fondo dello stomaco, come ancora perche tempera il lor calore, ouero mangiarui sopra granati, ò altri cibi conditi con succo d'aranci, ò d'acetosa.

Pidocchi.

MELE.

Plurima sunt, minimiq; madentia Mala caloris
Dulcia, sed stomacho commodiora meo.
Corda iuuant flanimis agitata, ac noxia ventri.
Turgebunt, neruis, & nocuiße volent.
His caueas, mala sunt dirasq; mouentia febres.
Forma placet nitidi corticis, esca nocet.

Mele.
Pomi.

Nomi. Lat. *Mala.* Ital. *Mele, & Pomi.*

 Qualità.

Qualità. Le dolci ſono calde nel primo grado, & humide temperatamente; mà le acetoſe, & bruſche ſon fredde, & ſecche.

Appie.

Scielta. Le mele ſono quaſi d'infinite ſorti, mà le megliori ſono le dolci, groſſe, colorite, e ſopra tutto che ſian ben mature; le appie tengono il primo loco, il ſecondo le roſe, & il terzo le detie, & quelle da Camerino.

Giouamenti. Confortano notabilmente il cuore, maturano, allargando il petto, il catarro, fanno ſputare, & ſono vtili cotte alli conualeſcenti, che hanno lo ſtomaco debile, percioche lo confortano, & eccitano l'appetito, mà cotte ſotto la cenere, & mangiatone vn ſolo con aniſi cõfetti. Si fà delle mele il ſiroppo de pomis, ch'è molto cordiale, & vale nelle paſſioni malenconiche.

Siroppo de pomis.

Nocumenti. Nuocono è quelli, ch'han-

ch'hanno lo ſtomaco debile, & à coloro che patiſcono dolori di nerui, maſſime mangiate crude in molta quantità. Non ſi hanno à mangiare ſe prima non ſono ſopra l'arbore ben mature, perche ſono di peſſimo nutrimento; le mele agre, & acetoſe generano ventoſità, & flemma aſſai, fanno perdere la memoria.

Memoria

Rimedi. Diuentano megliori le mele cotte ſotto la braſcia, & mangiate con molto zuccaro ſopra, & con aniſi confetti, ouero mangiandoui appreſſo zuccaro roſato, ò canella; manco nociue ſono le appie. Si conſeruano le mele nella paglia di grano, mà che non ſi tocchino.

Mele appe. Mele come ſi cõſeruano.

NESPOLE.

Meſpila cõſtringũt, ſtomacho gratiſſima, & ori,
Profluuiũ cohibent ventris, de gutture fluxus,

Faucibus, & sistunt, vtero turgentibus iste
Vtilis est fructus, stimulat pellacie quando
Fœmineum sexum.

Nespole.

Nomi. Lat. *Mespilum.* Ital. *Nespolo.*

Qualità. Sono fredde nel secondo grado, & secche nel primo.

Scielta. Tanto le nespole dette Azarole, quanto le nespole nostrane, le buone sono le grosse, che habbiano assai polpa, & gli ossi piccioli, che sian ben mature, o nella paglia, ò attaccate all'aria.

Giouamenti. Sono grate alla bocca, & confortano lo stomaco, & il ventre, mitigano l'ardor dello stomaco, stagnano il flusso, fermano il vomito, mà prouocano l'vrina; anzi i suoi noccioli poluerizati, & beuuti con vin biancho, oue siano state cotte le radici del petrosello, dell'anonide, ò del meu, mirabilmente cauano fuori le pietre delle reni. Ritrouansi le nespole senza noccioli, ch'insitate sui

Pietre.

coto-

cotogni vengono di notabil grãdezza, & di grato ſapore.

Nocumenti. Tardi ſi digeriſcono, & impediſcono la digeſtione dell'altre coſe, & mangiandone molte aggrauano lo ſtomaco, & generano poco, mà groſſo nutrimento.

Rimedi. Mangiandoſi appreſſo coſe pettorali, come penidi, regolitio, zuccaro violato, ò zuccaro cãdido, perdono gran parte de' nocumenti loro. Son buone l'inuerno per i giouerni, & per i colorici, & per quei, ch'hãno gagliardo lo ſtomaco.

NOCE MOSCATA.

Indiæ odoratus, & craſſo rone rubentes
Cum tamen exurant, dat tibi larga Nuces.
Hæc ſtomacho, iecori, vitiato ſpleni, & ocellis:
Subueniunt bruma ſi modo læſa dolent.
His bene olent. & vix cõtacta labella fameſcũt
Veſſica his patulæ eſt: his fluida aluus ama,

 Quam

Quã male nux dicta est Matronę nobile munus
Glãs muscata datur, cui mole vulua tumet.

Nomi. Lat. *Nux Miristica.* Ital. Noce Moscata.

Noce moscata.

Qualità. Son calde, & secche nel fine del secondo grado, & sono stitiche.

Scielta. La megliore è la fresca, rossa, graue, ben piena d'humore, & ben grassa, & non pertugiata.

Giouamenti. Fà buon fiato, accresce la vista, tenuta in bocca conferisce alle vertigini, alla vista, & alle sincopi, conforta tutte le viscere, & particolarmente la bocca dello stomaco, il fegato, la milza, e la madrice, fà orinare, ferma il vomito, eccita l'appetito, consuma la ventosità, & fà digerire; è molto vtile nei condimenti à coloro ch'hanno lo stomaco debole, & il fegato freddo; perche notabilmẽte riscalda. L'olio della noce moscata onto conferisce

Madrice.

Olio de noce moscata

molto

molto allo ſtomaco, & à i membri tremoli.

Nocumenti. Infiamma, & per queſto i giouenì, & colerici, & ſanguigni deuono aſtenerſene, maſſime la ſtate, mà i flemmatici, & i malenconici le poſſono vſare ſicuriſſimamamante nelle lor viuande, maſſime l'inueruo; nuoce ancora à quei che patiſcono dimorici, & che ſono ſtitichi, perche ella ſtringe il corpo.

Rimedi. Vſandola di raro in poca quantità, & meſcolandoui ſeco vn poco di gengeuo, che con l'humidità ſua la contemperi, è manco nociua.

PEPE.

Ardet, & in neruos glutinataq; flegmata fert
Sic Piper, vt nullum ſiccet aroma prius,
Excutit ſtomachum mollito ventre ſuperbis
Hoc caunas feruet ſi tibi bile iecur.

Corporis huic minimi numero laus dãda pepen-
Plura mouẽt aluũ, meiere pauca iubẽt. (dit

Nomi. Lat. *Piper.* Ital. *Pepe.*

Qualità. E caldo, & ſecco nel fin del terzo grado.

Sicelta. Che i grani non ſiano vani, marci, & leggieri, mà freſchi, grauiſſimi, neri, nè troppo creſpi, & tutti queſti ſegni moſtrano che ſia maturo.

Pepe bianco. Pepe nero.

Giouamenti. Il pepe bianco naſce in vna pianta, & il nero in vn'altra, & è quella differentia trà loro, che è trà le vite, che fà l'vua nera, & quella che fà l'vua bianca. Il pepe nero, aiuta la concotione, eccita l'appetito, caccia la ventoſità, fortifica lo ſtomaco, & riſcalda gagliardamente i nerui, prouoca l'orina, tira, riſolue, & leua la caligine da gl'occhi, fà partorire, gioua alla toſſe, & à tutti i difetti del petto; maſticato con vua paſſa purga la flemma della teſta, & conſerua la ſanità.

No-

Nocumenti. Nuoce alle persone che son di calda complessione ne i tempi caldi, & paesi caldi, infiāma il fegato, & il sangue à chi troppo l'vsa.

Rimedi. Vsandosi in poca quantità ne i tempi freddi da i vecchi, & flemmatici, & cattarrosi, & sopra i cibi freddi, & humidi, & che non sia pesto troppo sotile, mà grossamente, perde gran parte della sua malitia; mà volēdosi che presto penetri tutto il corpo, si pesti sottilissimamente.

PERE.

Brumalis sitibunda cibi, durantia ventrem
Sunt Pyra, ventosum non edat illa latus:
Cor tamen hæc colat, & fungi cui cura maligni
Nec pipere, & mulso, meleue cocta nocent.

Nomi. Lat. *Pyra*. Ital. *Pere*.

Qualità. Sono le pere d'infinite sorti, come le mele; son fredde nel primo grado, & secche nel secondo. Pere.

Scielta.

Scielta. Le prime sono le moscarelle dolci, & ben mature; le seconde sono le giacciole; le terze le bergamotte; le quarte buon chistiane, le quinte le carauelle l'vltime son quelle che si mantengono l'inuerno per cuocere.

Giouamenti. Sono grate al gusto, eccitano l'appetito, corroborano gli stomachi debili, & fanno descendere più presto gl'escrementi à basso le bergamotte, & le carauelle ottengono il principato. Sono rimedio di fonghi, & del veleno delle lumaghe; se ne fà delle pere il vino, & se le saluatiche messe nel vino vanno al fondo, significa che il vino è puro, mà restando a galla, significa che vi è mescolanza d'acqua. Seccansi al sole, ò nel forno, diuise prima, & purgate da i lor granelli, che son buone l'inuerno macerate in vino, ò in acqua calda, & resperse di zuccaro, che

vino come si conosce se è puro.

sono

ſono molto grate al guſto.

Nocumenti. Mangiate auanti paſto fanno gran danno, nuocono molto a quei che patono dolori colici, & ventoſità, percioche generano ſangue freddo, & ventoſità: nuocono ancora a quei che patiſcono renelle, & difficoltà d'orina, percioche generano groſſi humori; le ſaluatiche, & le acerbe offendono i nerui; l'inſipide generano mali humori, offendono gli epilettici, & quei ch'hanno il teneſmo.

Renelle.

Rimedi. Sono manco nociue mangiandole dopò tutti gli altri cibi, crude, che ſiano ben mature, ò cotte con molto zuccaro ſopra, e beuendogli appreſſo vn buon vino odorifero, oueramente cuocendole in vino, aggiunto zuccaro, & cinamomo, ò moſto cotto, che coſi ſi poſſono mangiare ſenza alcun nocumento, & ſon facili a digerire, et non offen-

dono

dono lo ſtomaco, biſogna bere ſopra di loro buon vino, perche *ſine vino, aut pyra virus*; ſono buone nell'autunno, & nell'inuerno, à tutte l'etadi, eccetto alli molto vecchi, & flemmatici. Le moſcarole, ſi mangino auanti gli altri cibi, mà in poca quantità, che altrimente ſi putrefanno, & apportano febri continue.

Pere moſcarole.

SORBE.

In ſiſtendo aluum certa eſt vis maxima Sorbis:
Maſpila at hæc vincunt, vtraq; inepta cibis.

Sorbe.

Nomi. Lat. *Sorba.* Ital. *Sorbe.*

Qualità. Sono le ſorbe aſtrettiue, come le neſpole, mà con effetto più debile: ſono fredde nel primo, & ſecche nel terzo grado.

Sorbe megliori.

Scielta. Le megliori ſono le groſſe, odorifere, ben mature, ſenza corruttione, & che per qualche tempo ſiano ſtate appeſe all'aria, ò conſeruate nella paglia.

Gio-

Giouamenti. Mangiandosi auanti pasto stagnano tutte le sorti de i flussi, & quando si mangiano dopò pasto, fanno buon fiato, confortano lo stomaco, & sanano il vomito souerchio.

Nocumenti. A chi ne mangia molte tardano alquanto la digestione, aggrauano lo stomaco, ristringono il corpo, & generano grossi humori.

Rimedi. Bisogna vsarle più per medicamento che per cibo, & appresso di quelle si hà da mangiare il fauo, ò (come à noi si dice) la fabrica del mele; sono buone l'autunno, & l'inuerno per i gioueni, purche ne mangino in poca quantità, che mangiandone troppo non generano sangue lodeuole.

V V A.

Dulcis, & apricis delecta in collibus Vua,
Terreus huic cortex, feruidus humor inest.

Excipe

Excipe de nigris, quæ ſit tibi gratior, albam
Neue inflet, ſoles ſit remurata duos.
Bacche quid hoc maius potuiſti munere? nutrit
Hæc bene veſicæ, ſed male ſana nocet.

Vua.

Nomi. Lat. *Vua*. Ital. *Vua*.

Qualità. L'vua matura è calida, et humida nel primo grado; l'acerba è fredda, et ſecca.

Scielta. La megliore è la bianca matura, dolce, et di ſcorza ſottile, et che non ha granelli.

Guardiani delle uigne.

Giouamenti. Nutriſce ottimamente, fa ingraſſar preſto, come ſi vede ne i guardiani delle vigne, rinfreſca il fegato infiammato, prouoca l'orina, accreſce gli appetiti venerei, gioua ancora al petto, et al polmone, gioua allo ſtomaco, et al dolor de gli inteſtini, alle reni, et alla veſſica; quella che non ha granelli è meglior dell'altre, et è ottima per il petto, et per la toſſe.

Nocumenti. Fà ventoſita, cõturba il ventre,

ventre, genera dolori colici, apporta ſete, et fa gonfiare, et doler la milza; la dolce ingraſſa il fegato che è ſano ma nuoce a quello che è duro; l'acerba nutriſce meno, et ſtringe il corpo, et accreſce il catarro; l'vue conſeruate in vinacci, ò in vaſi longo tempo nuocono alla veſica.

Rimedi. Mangiandoſi l'vua nel principio del mangiare è manco nociua, et coſi accompagnandola con alcuna coſa ſalata, et granati, ò aranci, ò altri cibi acetoſi; l'vua bianca è manco nociua della negra; et ſe per alcuni giorni ſtarà colta, et appeſa, pde la ventoſità, et diuenta megliore.

L'vua appeſa.

Seguitano hora altri dodeci frutti de gli alberi, che non ſi mangian tutti, ma ſolamente quel di dentro.

AMANDOLE.

Feruet, & emollit ſi dulcis Amigdala, amare
Aſperior, menſas neſciat iſta tuas. (eſt.

Ilia-

Iliacum dulcis, tabemq; à pectore debet.
Quam bene distat? alit dulcis, amara necat.

Nomi. Lat. *Amigdala.* Ital. *Amandole, & Mandorle.*

Mandorle

Qualità. L'amandole dolci sono calde, & humide nel primo grado; l'amare sono secche nel secondo, & sono più astersiue, & più aperitiue, & più valorosamente purgano i meati delle viscere, assottigliando gli humori grossi, & viscosi.

Scielta. Le megliori sono le dolci, & fresche, non guaste dal tempo, & nate in luoghi caldi di quella specie, che si chiamano ambrosine.

Giouamenti. L'amandole dolci nutriscono assai, ingrassano, aiutano la vista, moltiplicano lo sperma, facilitano lo sputo, purgano il petto, & fanno dormire, aumentano la sostantia del ceruello, purgano le vie dell'orina, ingrassano i magri, aprono l'opilationi del fegato, della milza,

Ingrassar

& di

& di tutte le vene, leniſcono la gola, nettano il petto, & i polmoni; il lor oglio gioua à i dolori colici, & alle paſſioni del petto; le verdi chiamate amandolini, ſi mangiano nel principio della primauera, ſono appetitoſe, & alle donne grauide leuano la nauſea. Si mangiano ancora la ſtate, con vn poco di zuccaro, quando il nocciolo è tenerello, & all'hora ſono molli, & delicate; le amare ſono rimedio contra l'vbriachezza, auanti paſto ſe ne mangiano ſei, ò ſette, amazzano le volpi dateglielе à mangiare, & in tutte le coſe nella medicina ſono megliori delle dolci, & ſi come queſte ſono più ſoaui, coſi le amare ſono più ſalubri.

Amandolini.

Nocumenti. Mangiandoſene quãdo ſono molto ſecche, ſono di tarda digeſtione, dimorano molto nello ſtomaco, & fanno dolere la teſta, generando colera.

Rimedi. Si mangiano la state, quãdo i noccioli sono tenerelli come latte, ouero secche, senza scorza, con molto zuccaro, che le fà scender presto; quelle che si mangiano con la scorza sono difficili à digerire, per questo si deuono moderare, sono buone à tutti i tempi, etadi, & complessioni, mà preparate, senza scorza, cõ zuccaro, ò mele.

Amãdole confette.

ARANCI.

Proxima sunt, Itali dixere Nerantia primis,
Vincunt pelle, parum frigidus humor inest.
Verticibus miro sunt hæc gratissima odore,
Dulce sapit melius, pectoribusq; fauet.
Sint folia arboribus seruata virentibus ipsis,
Cætera sunt mensæ commodiora tuæ.

Aranci.

Nomi. Lat. *Nerantia*. Ital. *Aranci Melangole, quì in Roma*.

Qualità. La scorza è calda, & secca

ca nel principio del terzo grado; la polpa, cioè la parte vinosa, fredda, & secca nel secondo grado; il seme è caldo, & secco nel secondo grado. I dolci sono caldi temperatamente, & sono pettorali; altri sono acetosi, che sono freddi nel primo grado; altri sono di mezo sapore, che sono freddi, & secchi temperatamente.

Dolci. Acetosi. Di mezo sapore.

Scielta. I buoni sono quelli, che sono assai graui, ben maturi, ben coloriti, con la scorza liscia, & di mezo sapore, perche i dolci sono alquãto caldi, & i bruschi freddi, che offendono lo stomaco.

Giouamenti. Le melangole dolci, mangiate auanti al cibo, sono conuenienti allo stomaco in ogni tempo, & sono pettorali, sono buone per i malenconici, & per i catarrosi, & leuano l'opilationi; acetose smorzano la sete, & risuegliano l'appetito, il lor succo asperso sopra gli arrosti, ò pe-

sei fritti dan lor gratia, è soauità, & con zuccaro si mangiano auanti al cibo, come le dolci; altre sono di mezo sapore, & questo sono grate al gusto, risuegliano l'appetito, sono ottime nelle febri coleriche, & leniscono la gola, & leuano la sete; della lor scorza secca si fà poluere, la quale ammazza i vermini, & presa nel vino preserua dalla peste.

Vino.

Poluere, che ammazza i vermini.

Nocumenti. Gli arãci bruschi stringono il corpo valorosamente, & lo fanno stitico, & rafreddano lo stomaco, & stringono il petto, & l'arterie, li dolci accrescono la collera nelle febri.

Rimedi. Si ripara i danni, che fan gli acetosi, aggiuntoui il zuccaro, ouero mangiandoli appresso la sua scorza condita con zuccaro, che è molto stomacale, & mangiando di quelli in poca quantità. Son buoni in ogni tempo i dolci per i vecchi, & gli

Morici.

acetosi

acetosi ne i tempi caldi per i giouení, & per i colerici, & sanguigni, massime nelle febri pestifere.

CASTAGNE.

Castaneæ stringunt, inflant, ægreq; coquũtur,
Et caput offendunt, his venus alma viget.
Quæ tibi grata licet posito mollescam echino,
Sicca est, & nimio castanea igne calet.
In caput & ventres inflata asperrima sæuit,
Ni spolia apportet mellis arundinei.

*N*omi. Lat. *Castanea*. Ital. *Castagne*.

Qualità. La castagna tanto domestica, quanto saluatica è calda nel primo grado, & secca nel secondo è constrettiua, & disseccatiua.

Castagne.

Scielta. Le migliori castagne sono le grosse, & però sono megliori di tutti i maroni, & dopò che sono colti, se per lungo tempo si cõseruano, si fanno più saporiti, & più sani.

Maroni.

Giouamẽti. Prouocano il coito per

esser ventose, danno grandissimo, & buon nutrimento, sanano i flussi, & pestate con mele, & sale, sanano il morso del can rabbioso; quando si cuocono sù le gratticelle al fumo, & poi si mondano, & se ne fà la farina, che supplisce per far pane; cotte le castagne sotto la cenere leggiermente, & monde si cuocono in vn tegame con olio, & sale, & poi aggiuntoui pepe, & succo d'aranzi seruono per tartufi.

Pan di castagne.

Tartufi.

Nocumenti. Mangiate abondantemente nei cibi, fanno doler la testa, & stitticano il corpo, sono dure da digerire, & generano ventosità, massime se si mangiano crude.

Rimedi. Sono manco nociue se si arrostiscono sopra le brage, & si seppelliscono per vn pezzo nella cenere ben calda, & poi si mangiano cō pepe, et sale, ouero con molto zuccaro, che cosi si conuēgono à colerici, come

me co'l mele a' flemmatici; le lesse sono migliori, che le arrostite nella padella sopra la fiamma, perche da quel fumo acquistano vna qualità soffocãte, mà prima si cuocano sù le bragie, & poi si sepelliscano sotto la cenere calda per vn pezzo. Sono buono ne'i tempi freddi, à tutte l'etadi, complessioni, pur che siano ben stagionate, ben cotte, & in poca quantità, & sopra si beua buono vino.

GHIANDE.

Desiccat Quercus, Glandes genitalia sanat
Vlcera, & vrinã emittunt, psuntq; veneno
Morsibus infectis: simul inflammataq; mulcẽt.

Nomi. Lat. *Glandes*. Ital. *Ghiande*. Ghiande.

Qualità. Diseccano, astringono, & alquanto riscaldano.

Scielta. S'eleggano per mangiare quelle che stanno nel gozzo delle palombe arrostite.

Pane di ghiandi.

Giouamenti. Della farina delle ghiāde al tempo della carestia i poueretti ne fanno il pane, come si fà quello delle castagne, & in Spagna si mangiano cotte sotto la cenere, come le castagne. Trite, & beuute con vino, giouano à i morsi de' velenosi animali, & à coloro c'hanno preso il veleno ouero hanno beuute le cantarelle, onde orinano poi sangue; la lor poluere beuuta con decottione d'anonide, ò di gramigna, gioua al mal della pietra, & beuuta con latte di vacca vale contra il tossico; e se ne caua l'olio, che è buono per ardere, & per fare sapone.

Pietra.

Olio di ghiand.

Nocumenti. Mangiate le ghiande ne i cibi fanno dolere la testa, & generano ventosità, & pessimi humori, il che fanno meno quelle che si ritrouano nel gozzo delle palombe saluatiche arrostite. L'olio, che si caua delle ghiande nō è buono per manghiare,

re, mà si ben per i panni di lana, & per il sapone, come s'è detto.

Rimedi. Bisogna mangiarne in pochissima quantità, & cotte nel gozzo delle palombe, ò arrostite sotto la cenere.

LIMONCELLI.

Assirÿ pariunt etiam Limonia campi,
Crediderim succo hæc vincere prima malo.
Cętera subducunt, nec prima vigoribus ęquãt.
Sic nullo varÿs ordine dantur opes.

Nomi. Latin. *Mala limonia*. Ital. *Limoni*. *Limoni*.

Qualità. Hanno le medesime qualità, che i cedri, che sono tanto i grãdi, quanto i piccioli, freddi, & secchi nel secondo grado, ma i maggiori sono più prestanti di succo, di scorza, e di carne.

Scielta. Quelli sono i megliori, che han-

hanno l'odor di cedro, che sian ben maturi, ben coloriti, & per alquanti giorni staccati degli alberi.

Giouamenti. Hanno le medesime facoltà, che i cedri; mà più debilmẽte. Il succo loro risueglia l'appetito ferma il vomito, incide gl'humori grossi, & resiste alle febri maligne, ammazza i vermini; & il succo degli acerbi preso alla quantità d'vn' oncia è meza, con maluagia, caccia le pietre delle reni, & i piccioli, fà questo effetto più valorosamente. Si tagliano questi minuti, & si pone sopra sale, acqua rosa, & zucchero, & mangiansi in compagnia delle carni, & de' pesci, che fanno venir' appetito, & fanno saper buono il bere, & dalle reni, & dalla vesica cacciano le renelle gagliardamente, & non si truoua salsa di questa megliore. Si mangiano ancora in luogo d'insalata tagliati minuti, con acqua mele,

Renelle.
Insalata.

& aceto, & fanno buono appetito, & giouano alle renelle.

Nocumenti. Raffreddano gagliardamente lo stomaco, fanno venir i dolori colici, & fanno smagrire, generano humori malenconici, non nutriscono, perche con l'acetosità loro mordicano lo stomaco, stringono valorosamente il ventre.

Smagrire

Rimedi. Si vsino di rado, & in poca quantità, senza la scorza, & che siano stati infusi nell'acqua, & ponendoui di sopra zuccaro; & canella; non si conuengono à stomachi frigidi. Sono buoni ne' tempi molto caldi per i giouani, & per i colerici, & sono nemichi à vecchi, & à flemmatici.

GRANATE.

Dulcia sunt madidi roris, sicci acria poma.
Punica, pulmoni hæc sunt mala, at illa bona.

Cuncta iuuant stomachũ, feruẽtes acria flãmas
Extinguunt, cunct s mensæ secunda datur.
Sæpè remorbescit dulci si vescitur æger,
Vtraque cum distent, meiere cur faciunt?

Nomi. Latin. *Malum Punicum.* Ial. *Granato, da molti grani che in se contengono, & Melegrano, & Pomograno; ritrouansi dolci, forti, & vinosi, che sono quei di mezo sapore.*

Granate.

Qualità. Le dolci sono calde, & humide temperatamente, sono grate allo stomaco: le forti, & acetosi sono fredde nel secondo grado, & di molta stiticità; quelle di mezo sapore di mediocre natura.

Scielta. Le megliori sono quelle, che sono grosse, ben mature, & che siano facili à scorticare; & le acetose che habbiano assai succo.

Giouamenti. Le dolci giouano allo stomaco, al petto, & alla tosse, & accrescono gl'appetiti venerei, & le acetose giouano al fegato, & alle febri

Dolci.

Acetose.

bri ardēti, & acute, ricreano la ſiccità della bocca, eſtinguono la ſete, & mitigano l'ardore dello ſtomaco; & alle coſe medeſime vale il lor vino, & il lor ſiroppo, ſmorza la colera gagliardamente, & prohibiſcono che le ſuperfluità corrano alle viſcere, & non laſciano ſalire i vapori alla teſta, & tutte prouocano l'vrina. Le ſcorze ſi ſerbano che ſono buone per dar odore à i panni, & alle veſti, et ſaluarle dalle tarme.

Nocumenti. Le dolci generano vētoſità; et calidità, et però ſi prohibiſcono nelle febri; et le acetoſe ſono nemiche al petto, et offendono i denti, et le gengiue.

Rimedi. L'vna ſorte leua il nocumento dell'altra, et però ſi māgiano i granelli dell'vna, et dell'altra meſcolati inſieme; et coſi da duo cōtrarij ſi fà vn'ottimo tēperamento ouero ramente nelle acetoſe s'aggiunga vn

Miſtura.

poco

poco di zuccaro; mà tutti i granelli dopò ben succhiati, si deuono sputar fuori; le dolci sono buone l'inuerno per tutti; & l'acetose, la state per i corpi colerici, & per i giouani, mà sono nemiche à i vecchi, perche strinnono il petto loro. Il lor succo non si hà da vsar solo, ma per compimento de i cibi; le mezane si mangino dopò gli altri cibi con zuccaro, ò sale, che così reprimono i vapori, ch'ascendono alla testa.

NOCCHIE.

Primus Abellinam campano à nomine cultor
Dixerat, aridula est, sed minus illa tepet.
Inuisa est capiti, & stomacho, tardissima lapsu,
Intumet, & lapides conterit atque ciet.

Auellane. Nomi. Lat. *Barilus, Nux Auellana, Nux Pontica, & Prænestina.* Ital. Nocchie, & *Auellane.*

Qualità. Le fresche sono tempe-

rate nelle prime qualità, mà le secche sono calde, & secche quasi nel principio del secondo grado.

Scielta. Le domestiche sono megliori delle saluatiche, le rosse, le grosse, & poco coperte, piene di molto humore, & che i vermi non le habbiano corrotte, ne toccate in modo alcuno. Le lunghe sono più soaui al gusto, che le ritonde.

Rosse.

Giouamenti. Danno più nutrimento delle noci, accrescono il ceruello & mangiate continuamente fino à tre, ò quattro nel principio del pranzo, liberano dal dolore delle reni, & dalla renella affatto; mangiate con ruta, & fichi secchi a digiuno preseruano dalla peste. Le tonde si cuoprono come i coriandoli, & sono gratissime allo stomaco.

Renelle.

Nocumenti. Tardi si digeriscono, nondimeno sono grate al fegato, fanno qualche vētosità, generano molta

ta colera, et fanno dolori del capo, quando se ne mãgia troppa quantità.

Rimedi. Si mangino che siano ben fresche, che siano state infuse nell'acqua, et asperse di zuccaro; sono da vsarsi in poca quantità, et le secche solo l'inuerno; i gioueni le mangino et quei, che s'affaticano assai, et che sono gagliardi di stomaco, l'inzuccherate sono manco nociue.

N O C I.

Mille nuces poterat dixisse, sed vnica inglans
Nux dicta est, linguæ iam nocitura tuæ.
Siccior arescit stomachũ, & caput ĩ sba vexat,
Mirum si nocuæ sit bene iuncta viæ.

Noce.

Nomi. Lat. *Nux inglans*, & *Nux regia*. Ital. *Noce*.

Qualità. Le verdi, et fresche sono calde nel primo grado, et secche parimẽte; le secche sono calde nel terzo grado, et secche nel secondo, mà con l'inuecchiarsi diuẽtano più secche,

che, & quanto più ſono vecchie, tanto più fanno olio.

Scielta. Le megliori noci ſono le grandi, longhe, mature, & che facilmente ſi mõdano, & ſopra tutto che ſiano freſche, et non vecchie, nè corrotte dentro.

Giouamenti. Sciogliono i denti, che ſono ſtupefatti, et mangiate con fichi ruta, et mandorle preſeruano da i veleni mortiferi, et vagliono contra la peſte; et due noci ſecche, et altri tanti fichi, et venti foglie di ruta, con vn granel di ſale, peſte, et mangiate à digiuno, preſeruano dai veleni, et dalla peſte. Mangiate le noci à digiuno giouano à i morſi de' cani rabbioſi, maſticandone poi alquante, et mettendone ſopra il morſo; la ſcorza verde delle noci ſuppliſce in luogo di pepe nelle viuande. E molto ſalutifero l'vſo delle noci dopò che s'è mangiato il peſce, perche leua,

Denti.

Peſte.

Pepe.

& incide la loro viſcoſità, & ſe ne fà agliata per mangiarla co'l peſce, onde ſi dice,

Agliata.

Poſt piſces nuces, poſt carnes caſeus adſit.

Ammazzano le noci i vermini del corpo, & condite con zuccaro, ò mele, & con garofani ſon molto vtili allo ſtomaco, & alle viſcere fredde.

Nocumenti. E detta la noce, perche nuoce alla gola, alla lingua, & al palato, che mangiate in troppa quantità, maſſime le ſecche, eccitano la toſſe, & fanno doler la teſta, fà cruditā, vertigine, & ſete. L'ombra della pianta è nociua; che manda fuori vn halito cattiuo, che aggraua la teſta, & offende quelli che vi dormono ſotto, che quel graue odore ſubito penetra nel ceruello, & per queſto ſi ſuol piantare appreſſo le ſtrade, & per queſta ragione ella con queſti verſi ſi querela.

Noce nuoce.

Ombra della noce.

Nux,

Nux ego iuncta viæ cum sine crimine vitę,
A populo saxis prætereunte petor.

Rimedi. Mangiandole fresche infuse in buon vin rosso, & in poca quãtità son manco nociue, & il nocumẽto delle vecchie si leua, co'l farle stare per vna notte nell'acqua calda, & poi mondarle, & l'aglio leua ancora il nocumento loro, quelle che si condiscono co'l zuccaro, & con il mele, diuentano ottime per osar ne i tempi molto freddi, & per scaldar lo stomaco; le secche son buone l'inuerno per i vecchi, per i flemmatici, & per i malenconici, pur che non patischino stretezza di petto, messa vna noce nella pignatta fà cuocere prestamente le carni, & cosi messa dentro ad vn pollo. Quando le noci fanno assai frutti, significano abbondanza di biade.

Noci concie.

Carni come presto si cuocono

Abondanza.

NOCE D'INDIA.

Indica nux calida est, atq; humida, digerit ipsa
Flatus, lumbrorum mulcet, genuumq; dolores,
Aluum tum sistit, ventrisq; animalia pellit,
Vesicæq; malis confert, tussiq; medetur,
Subuenit asthmaticis, tremulis, & reddit edētes
Pingues, duritias mollit, confertq; potagris.

Noce d'India.

Nomi. Lat. *Nux Indica.* Ital. *Noce d'India.*

Qualità. Sono queste noci calde nel secondo grado, & humide nel primo.

Scielta. Le fresche sono megliori delle secche, & quelle di Portogallo ottengono il principato.

Giouamenti. Mangiate queste noci aumentano lo sperma, generan buon nutrimento, giouano alla tosse, alla strettura del petto, & alla raucedine, inghiottendo il suo liquore con siroppo violato, la polpa ingrassa i magri, lodasi à dolor colici, à paralisie, al mal caduco, al tremore, & ad altre infirmità de i nerui, beuēdosi in queste

ingrassare

Nerui.

noci,

noci, ò acqua ò vino, preserua da i dolori colici, & da molte altre infirmità, & gioua à i paralitici: il liquore che è dentro mitiga il dolore delle morici, & delle podagre, & delle gomme franciose; la polpa di dentro cotta in vna gallina con pignoli, & pistacchi, & canella, mãgiandosi poi il tutto fà ingrassare i magri.

Magri.

Nocumenti. Mangiata questa noce aggraua lo stomaco, quantunque nõ generi cattiuo nutrimento.

Rimedi. Bisogna vsarne in poca quantità, & più per medicamẽto, che per cibo, & cotte con buone carni.

ORBACCHE.

Gingiuas, & labra iuuat vitia inde repellens
Fagus confirmat, torpentia membra, tumores
Exiccat, crines denigrat, & illita confert
Profluuio crinum, tum impinguant deniq; fructus.

Nomi. Lat. *Fagus.* Ital. *Faggio, & il suo frutto Faglioso, & Fagiola, & Orbacche.*

Orbacche.

Qualità. I frutti del faggio hanno in se qualche calidità, & son astrettiui; l'animella che vi stà dentro è di dolce, & di grato sapore, massime à i ghiri.

Scielta. La fagiola fresca, è più grata della stanthia.

Giouamenti. I noccioli del faggio mitigan i dolori delle reni, & cacciano fuori le pietre, & le renelle; de i frutti si ingrassano i porci, & altri animali, come tordi, & colombi, & i topi, & i ghiri, imperoche valentemente si ingrassan con essi, onde al suo tempo infiniti se ne prendono la notte nelle selue; & i sorzi vengono à schiere da paesi lontani, insegnati dalla natura, à pascersene nelle selue; leggesi, che molti habitatori si sono diffesi dalla fame, sostenendo

Topi.

l'as-

l'aſſedio con la fagiola.

Nocumenti. Sono queſti frutti al guſto molto conſtrettiui, & però fanno ſtitico il corpo.

Rimedi. Non biſogna mangiar queſti frutti, ſe non in tempo di gran neceſſità, & in pochiſſima quãtità, ma ſi deueno laſſare a'porci, & ad altri animali, che ſe ne ingraſſino.

P I N O L I.

Ebullit nimiumq; ſitit pulmonibus imis
Debita, vix c quitur pinea ſed bene alit.
Inteſtina fouet, neruis rigidoq; lapillo.
Subuenit, & Veneri grata, fugit Cibelem.

Nomi. Latin. *Pinei, nuclei*. Ital. Pignoli. Pignoli.

Qualità. Sono i pignoli caldi nel principio del ſecondo grado, & humidi nel primo.

Scielta. I migliori ſon quei pignoli, che ſon cauati dalle pigne domeſtiche, & maſſime da quelle che ſon femine, perche ſon più ſaporite, mà

ſopra tutto, che non ſian rancidi, mà freſchi.

Giouamenti. Mangiati freſchi ne i cibi, nutriſcono aſſai bene, & danno buon nutrimento, corregono l'humidità, che ſi putrefanno nelle budella, purgano il petto cotti con mele, ò zuccaro, prouocan l'orina, riſtorano le forze ne i debili, nettano le ſuperfluità delle reni, & della veſſica, giouano all'ardore, & deſtillation dell'vrina, conferiſcono ne i dolori de i nerui, & delle ſciatiche, ſono vtili à paralitici, & alli ſtupidi, & à coloro che tremano, mondificano il polmone, & le ſue vlcere, ſono molto vtili ne i difetti del petto, & giouano à i tiſici grandemente.

Reni. *Veſica.* *Tiſici.*

Nocumenti. Sono tardi alquanto da digerirſi, & danno vn nutrimento groſſetto, & mordicano lo ſtomaco, & il ventre, quando ſe ne mangia aſſai, & che ſon rancidi, & eccitano la

Stomaco.

libidi-

libidine, & riẽpiono la testa di vapori
Rimedi. Si infondono prima nell'acqua tepida almen per vn'hora, poi si mangino da i flemmatici co'l mele, & da i colerici con zuccaro; son buoni nei tempi freddi per i vecchi, mà co'l mele, come si è detto, & per i gioueni, & conci co'l zuccaro.

Con mele. Con zuccaro.

PISTACCHI.

Igne nuces superat, renes iuuat, & iecur humẽs
Pistachium; Hæc stomachi cœna senilis amat.

Nomi. Lat. *Pistacia.* Ital. *Pistacchi,* & *Fistici.*

Pistachi.

Qualità. Son caldi, & secchi nel secondo grado.

Scielta. I buoni sono i grandi, di odore simile al terebinto, del quale sono vna spetie, & che il frutto sia colto da arbori vecchi, & sia fresco, & verdeggiante, che è miglior dell'amandole.

Giouamenti. Sono marauigliose in

risue-

risuegliare gli appetiti venerei, leuano l'oppilatione del fegato, & lo corroborano, purgano il petto, e le reni, sono vtili allo stomaco, che lo confortano, & prohibiscono la nausea, assottigliano gli humori grossi, sono ristauratiui, & per questo si mettono nelle compositioni, che si fanno per chi vuole ingrassarsi; beuuti tutti nel vino conferiscono à i morsi de i serpenti.

Ingraßare.

Nocumenti. Nuocono à i fanciulli, & à quei che son di calda complessione, perche assottigliano loro il sangue, & infiammandolo fanno venir la vertigine, & mangiati in poca quantità grauano lo stomaco.

Vertigine.

Rimedi. Si correggeil nocumento loro mangiandoli nel fin, ò nel principio del pasto, mangiandoui appresso grimosele secche, ò zuccaro rosato; sono buoni ne i tempi freddi, per i vecchi, & per i flemmatici, &

catti-

cattiui per i gioueni, & per i colerici. Dicesi che nascono i pistacchi insitando l'amandole nei lentisci.

Pistacci, come nascano.

Seguono i frutti delli dodeci Alberi, che si mangiano di fuori solamente.

AMARENE.

Et frigus Cerasa inducunt austera cibiq;
Votaciens, siccant, cōstringūt robore firmāt
Non in ventriculo ceu dulcia corrumpuntur.
Inde febri, atq; siti hæc faciles cōcedim⁹ vstis.

Nomi. Lat. *Cerasa austera.* Ital. *Amarene, & Marasche.*

Qualità. Queste amarene, che sono cerase austere stringono il ventre, incidono la flemma, & son constrettiue, rinfrescano, diseccano, & corroborano.

Scielta. Le migliori son le grosse, & ben mature.

Giouamenti. Sono grate allo stomaco,

Conserua d'amerene.

maco, pche smorzano l'ardor della colera, & tagliano la viscosità della flemma, & fan venire appetito, si conseruano condite con zuccaro.

Nocumenti. Esasperano lo stomaco con l'acredine loro.

Rimedi. Si mangiano crude con zuccaro, ouero cotte, & condite con zuccaro, si riserbano nei vasi di vetro, che cosi riescono migliori, che crude, & sono molto conuenienti nelle febri pestilentiali; le crude son buone nei tempi caldi, & per quei che son colerici, mà non si conuengono à vecchi, nè à flemmatici.

BIRICOCOLI.

Poma eadem dices quæ Persica, si tamen amplu
His corpus, nobis aurea forma datur.
Arboreos inter Fœtus suauissima gustu
Armenia, & colerã frigore mala premunt.

Nomi. Lat. *Mala Armeniaca, Præcocia.*

ʃocia. Ital. *Armeniache, Moniache*, & *Griʃomole*. & *Biricocoli*.

Qualità. Sono queſti frutti freddi, & humidi nel ſecondo grado.

Biricocoli. Ammoniaci.

Scielta. Le armeniache, le quali ſon coſi chiamate, perche furon portate d'Armenia, ſono le migliori, le groſſe, ben colorite, molto mature, con nocciolo dolce, chiamate alberges, & che dall'oſſa facilmente ſi diſtachino, & ſiano dolciſſime al guſto.

Giouamenti. Sono grate allo ſtomaco, leuano la ſete, riſuegliano l'appetito, fanno orinare: il lor nocciolo amazza i vermini, & l'infuſione fatta con le ſecche gioua alle febri acute; ſi ſeccano al ſole ſpartendoli per mezo, & aſpergēdoli ſopra zuccaro poluerizato.

Nocumēti. Sono grati allo ſtomaco, mà lo indeboliſcono, ſon più corrottibili che le peſche, muouono il fluſſo del

Stomaco.

ventre, gonfiano, & riempieno il sangue di molta acquosità, & humidità, & lo dispongono à corruttione, son di pessima sostanza, si conuertono in colera, si putrefanno velocemẽte rimpieno il sangue di molta humidità, lo dispongono à corruttione, & generano febri pestilentiali, & fanno flemma grossa, & viscosa nel fegato, & nella milza.

Nota.

Rimedi. Si deuono pigliare nel principio del mangiare, beuendoci sopra vn poco di buon vino, ò mangiandosi appresso anisi, ò cibi cõditi con sale, ò con specie, ò cascio vecchio, & beuendoci appresso (come si è detto) buon vin vecchio odorifero.

CAROBOLE.

Effulcit stomachũ post cœnam sumpta, sed ante
Profluuiũ Siliqua ad vẽtris facit ipsa recẽsq;
Aluum dißoluit stomacho nocet, est ea sistens
Sicca, atq; vtilior stomacho est lotiq; um ministrat.

Nomi.

Nomi. Lat. *Siliqua.* Ital. *Silique, Carobe, Carobole, & Guainelle.*

Qualità. Questi frutti sono dissec- catiui, & ristrettiui. Carobole.

Scielta. Le megliori sono le fresche, & secche su le grate, che le fresche sono abomineuoli, & ingrate al gusto, mà secche diuentano dolci, & aggradeuoli, imperoche vi si congela dentro vn liquore simile al mele, co'l quale gli Indiani condiscono il gengeuo, li mirabolani, & le noci moscate.

Giouamenti. Hanno, le silique vn certoche simile alle ciregie, percioche mangiandosi fresche soluono il corpo, ma secche lo restringono, & sono più vtili allo stomaco, prouocano l'vrina, & la lor decottione beuuta mirabilmente gioua alla tosse, per la dolce, & melliflua sostanza loro; mangiate dopò cena fortificano lo stomaco, & aiutano la digestione. Tosse.

Nocu-

Nocumenti. Sono di cattiuo nutrimento, sono difficili à digerire, et soluono il ventre.

Rimedi. Bisogna mangiarle secche, et non verdi, et dopò al cibo.

CIREGIE.

Sicca aluum sistunt, eademq; recentia soluunt:
Sunt Cerasa austeris dulcia sana minus,
His aluus fluida arcetur, famis improbus ardor
Crescit idempta siti, quam gula docta Coquo

Nomi. Lat. *Cerasia.* Ital. *Ciregie.*

Ciregie. *Qualità.* Le dolci sono fredde, et humide, mà l'austere sono più fredde.

Cerase. *Scielta.* Le migliori cerase sono quelle, che sono di dura sostanza, ben mature, come sono le corgne, et le corbine, che l'aquaiole sono da fuggire, che sono insipide, et facilmente si putrefanno, delle austere le migliori son le palombine.

Corgne.

Dolci. *Giouamenti.* Le dolci muouono il corpo, et presto se ne scendono dallo stoma-

ſtomaco à baſſo; mangiate la mattina cauano la ſete, rinfreſcano, & prouocano l'appetito; le ſecche ſtringono, maſſime le viſciole; giouano, e ſono grate, allo ſtomaco, perche ſmorzano l'ardore della colera, & tagliano la viſcoſità della flemma, & fanno venire appetito, maſſime cotte con buona quantità di zuccaro ſopra.

Viſciole

Nocumenti. Sono le dolci nimiche allo ſtomaco, maſſime l'aquaiole generano nel ventre lumbrici, & humori putridi, ſubito ſi putrefanno, & gonfiando lo ſtomaco, per il vẽto che generano, quando ſe ne mangiano aſſai.

Acquaiole.

Lumbrici

Rimedi. Biſogna mangiarne poche, & appreſſo, ſenza intermiſſion di tempo, pigliare cibi che ſiano di ottima ſoſtanza, ſalati, & acetoſi; non ſi mangiano per cibo, mà per medicamẽto da ſmorzare la ſete, & l'ardore

di chi si affatica ne' tempi caldi, che in questi tempi sono buone per i gioueni, per quei che sono colerici, mà sono triste per i vecchi, & per i flemmatici.

CORGNOLE.

Corna nocẽt stomacho, bruma male grata rigẽti
Si tuus illa voret venter, auarus erit.

Nomi. Lat. *Cornus.* Ital. *Corgniolo, & i frutti Corgnioli, & Corgniali.*

Corniali.

Qualità. Hãno facoltà questi frutti di diseccare valentissimamente, & d'astringere.

Scielta. Le migliori sono le grosse, & ben mature.

Giouamenti. Sono efficace rimedio à tutti i flussi del ventre, imperoche constringono al pàri delle nespole, ò de i pruni saluatichi; si conciano verdi, come l'uliue, & delle mature si fà conserua con zuccaro, & mele,

Flussi.

le, che vale alla dissenteria, & à corroborare lo stomaco; et condite si possono dare à i febricitanti.

Nocumenti. Sono di poco nutrimento, et cattiuo, et sono difficili à digerire.

Rimedi. Si mangino in poca quantità nella seconda mensa, ben mature, et con zuccaro.

DATTILI.

Ardua dat dulci, pomum tibi palma tepore,
Cui dedit apta nimis nomina, forma teres,
Hæc caueas, tumidum, corpus turpedine replet:
Sic cædet vinci nescia palma tibi.

Nomi. Lat. *Dactilus*, *fructus palmæ*. Ital. *Dattilo*.

Dattilo.

Qualità. Il dattilo contiene in se non poca calidità, quando è fatto dolce, onde sono questi frutti caldi nel secondo grado, et humidi nel primo.

Scielta. Si eleggano quelli, che ſiano dolci, maturi, & che di dentro ſiano ſinceri.

Giouamenti. Ingraſſano, piacciano al fegato, ſono buoni per la toſſe, & lubricano il corpo.

Nocumenti. Generano vn ſangue, che ſubito ſi muta in colera, nuocono à i dēti, & alla bocca, & fanno venire fuori le morici, mordono lo ſtomaco, riempiono il corpo di crudi, & viſcoſi humori, i quali ſono tanto viſcoſi, che fanno oppilatione, non ſolo nel fegato, mà ancora nella milza, in tutte le viſcere, & in tutte le veñe, onde poi ſi generano lunghe, & cattiue febri.

Morici.

Rimedi. Sono manco nociui mā-giandoſi cotti, & conditi con zucchero, come ſono gli altri frutti; ouero mangiando appreſſo a' crudi qualche cibo acetoſo, ouero conditi con aceto. Non ſono buoni in neſſun tē-

po,

po, per nessuna età, & nessuna complessione, saluo che quando sono cōditi con zuccaro.

FOLCERACHE.

Vtilis est, Lotus stomacho: sed fructu, edēdo est,
Aluum eadē sistit cōmendat, & oris odorē.

Folcerache.

Nomi. Lat. *Lotus.* Ital. *Frutti del Loto, & Folcerache, & Polserache.*

Qualità. Il frutto del loto è partecipe di qualità constrettiua.

Scielta. Di questi frutti sono le megliori le fresche, & non le secche.

Giouamenti. Il frutto del loto è dolce, buono à mangiare, & facile allo stomaco.

Nocumēti. E ristrettiuo del corpo.

Rimedi. Bisogna mangiarne in poca quantità.

GIVGGIOLE.

Magna placent, tussim sedant stomachumque lacessunt.

Humenti frigent Zezipha temperie.
Serica bacca rubens thoraci, & renibus affert
Præsidium; nutrit, concoquiturq; parum.

Giuggiole

Nomi. Lat. *Zizipha*. Ital. *Giugiube*, & *Giuggiole*.

Qualità. Le giuggiole mature sono temperate così nel caldo, come nell'humido.

Scielta. Si elegghino le mature, et ben rosse.

Giouamenti. Giouano al petto, alle reni, et alla vessica: fermano i vomiti causati dell'acredine de gli humori, se ne fà siroppo, ilquale condensa il sangue colerico, et le materie sottili, che discendono al petto; et si mettono nella decottione pettorale, per domare l'agrimonia del sangue, et cauar fuori il suo humore seroso: gioua alla tosse, et all'asprezze delle fauci. Nei cibi sono solamẽte dalli sfrenati fanciulli, et dalle dõne molto le giuggiole desiderate.

Nocu-

Nocumenti. Sono di pochissimo nutrimento; molto malageuoli da digerire, et imperò molto contrarie allo stomaco.

Rimedi. Bisogna vsarle in poca quantità, et solamente per medicina et non per cibo; che se ne fà nelle spetiarie il siroppo giugiubine. *Siroppo.*

MIRABOLANI.

Tutta Mirabolanum est inter medicamina: confert.
Ad iecur, ad renes, stomacumque & viscera, frenat
Scammoniũ, tũ quæ medicamina ferre laborẽ
Deijciẽdo solent, obstructis nõ datur unquã.

Nomi. Lat. *Mirabolanum*. Ital. *Mirabolano*. *Mirabolani.*

Qualità. Sono freddi, & secchi, astringenti, acidi, et constrettiui.

Scelta. I più lodati sono quelli, che sono ben maturi.

Giouamenti. I conditi con zuccaro, massime i cheboli, sono migliori de gli altri, che soluono manco: i mirabolani citrini, cheboli, indi, emblici, & bellirici, seruono più per medicina, che per cibi, & per questo quei, che vorrãno saper le virtù loro, cerchino nel nostro Herbario.

Nocumenti. Solo questo nocumẽto hanno i mirabolani in loro, cioè che augumentano le opilationi.

Opilationi

Rimedi. Non si diano à gli opilati, nè à coloro, che sono disposti à cadere in tal difetto, ouero si diano cõditi, & ben preparati.

OLIVA.

Torpescens Olea exacuit, sed auara palatum
Vix alet, arentam mollior aluus amat.
Igne leui, nisi salsa tepens imitata smaragdos
Feniculo, atq; acido rore refecta sapit.
Stringit Oliua recens condita, refrigerat, ægre
Concoquitur, stomacho mitior apta minus.

Oliua.

Nomi. Lat. *Oliua*. Ital. *Oliua*.

Qua-

Qualità. Il frutto quando è ben maturo è mediocremente caldo, mà quando è immaturo, è veramente più freddo, & più costrettiuo, corrobora, e ferma il ventre; le condite in salamoia sono calde nel secondo grado, & hanno vn poco di virtù astringente, & corroborante.

Oliue di Spagna.

Scielta. Le megliori sono quelle di Spagna; vogliono esser ben condite, & nate in luoghi aprici, & grosse & con picciolo osso, come quelle del la nobilissima città d'Ascoli.

Oliue di Ascoli.

Giouamenti. Incidono la flemma nello stomaco, & le condite eccitano l'appetito, & la lor salamoia lauandosi la bocca, stringe le gengiue, & ferma i denti smossi; quelle che si conseruano nell'aceto smorzano la colera, fermano il vomito, & sono molto megliori. Conciansi in diuersi modi, si come nel nostro Herbario habbiamo detto à pieno.

Nocu-

Nocumenti. L'oliue condite danno poco nutrimento, et tardi si digeriscono; le salate infiammano il sangue, & leuano il sonno.

Rimedi. Bisogna mangiarne in poca quantità, et le condite con aceto sono megliori, et che habbiano buona concia; sono buone ne i tempi freddi, à tutte l'etadi, et complessioni, si deuono mangiare l'oliue in fine dell'altre viuande, per corroborare lo stomaco; et aiutare la digestione; mà a i tempi nostri si mangiano nel principio, nel mezo, et nel fine delle mense, con le carni, con i pesci, et cō l'oua, ma con grande errore, perche (come al suo luogo s'è detto) bisogna ne i cibi seruare l'ordine.

Ordine ne i cibi.

PESCHE.

Rore sumus pluuio mox putrescentia, ventre
Fida calescenti, si modo prima damur

Mollia

Mollia laxamus ventres, siccato tenemus,
Nos temuit Persis sed tibi grata sumus.

Pesche.

Nomi. Lat. *Persica.* Ital. *Pesche*, & *Persiche*.

Qualità. I frutti sono freddi, et humidi nel secondo grado; l'amandole loro poi sono caldi, et secche.

Scielta. Le migliori persiche sono le odorifere, ben colorite, ben mature, et che da gli ossi facilmente si distacchino, che siano anco di ottimo sapore. Si lodano assai le duracine, che non si staccano, che sono più saporite, et hanno del cotognino, et però si chiamano persiche cotogne. Le noci persiche sono le migliori di tutte.

Persiche cotogne.
Noci persiche.

Giouamenti. Sono buone allo stomaco, et lubricano il corpo, quelle che si staccano dall'osso, et che sono ben mature, si deuono mangiare nel principio del pranzo, che generano appetito, mà appresso bisogna beue-

re

re vin buono, che sia vecchio, & odo-
rifero, & per questo si infondono nel
vino, ilquale non per questo diuiene
venenoso, perche habbia tirato à se
alcuno veleno del persico, mà diuen-
ta tristo, & sciapito, perche le psiche,
che sono porose, hanno tirato à se lo
spirito, & l'anima del vino, & però
egli resta suanito, & senza virtù.

Nocumenti. Rilassano lo stomaco,
genera humori, che subito si inaceti-
scono, & si corrompono, per esser di
natura molle, & aquosa, onde ge-
nerano per lo più ancora ventosità;
Duracine. ma le duracine non fanno tanti dan-
ni, & per lor proprietà generano l'hi-
dropesia, onde alcuni per questo, cre-
dendosi di corregerle, mondano, &
l'infondono nel vino, mà commetto-
no maggiore errore, perche il lor suc
co nociuo più tosto viene trasporta-
no alle vene, e così diuentano più
nociue.

Rimedi.

Rimedi. Beuasi appresso vino buono odorifero, & aromatico, essendosi mangiati à stomaco voto; mà le duraccine si deuono mangiare dopò pasto, che così rinfrescano la bocca dello stomaco, & la sigillano, come fanno parimente le secche; sono buone la state per i gioueni, & per i colerici, mà nuocono à vecchi, & à i flemmatici, & à coloro, che hanno lo stomaco debile; mà cotte sotto la cenere sono cibo delicatissimo, & gratissimo à gli amalati, che li aiutano nelle passioni del cuore; e co'l loro grato odore leuano la puzza del fiato, che viene dallo stomaco; rallegrano l'animo: le secche sono più sane, & fanno migliore stomaco, & fermano i flussi. I nocioli de i persichi mangiati leuano il nocumento dei frutti, giouano à i dolori del corpo, ammazzano i vermi, dissoluono le ventosità, mondificano lo stomaco,

Fiato fetido.

Pesche secche.

Virtù de i nuocioli di persici.

&

& aprono l'opilationi del fegato, & lo confortano, spezzan le pietre delle reni; & della vessica, & le liberano da gli escrementi flemmatici, & in somma sono molto conuenienti per conseruar la sanità, se ogni mattina se ne mangiano ottto, ò dieci; mà à chi hauesse'l fegato troppo caldo bastano due, ò tre.

Pietre.

PRVGNE.

Pruna, licet vario decorata colore nitescant,
Frigens, & pluri claßa liquore fluunt:
Soluunt, corda fouent ardentia prima reposcunt
Prandia sunt Syrij nobiliora soli.

Prugne. Nomi. Latin. *Pruna.* Ital. *Prune, & Susine Prugne, & se ne trouano infinite spetie.*

Qualità. Sono i pruni freddi, & humidi; ritrouansene di più spetie, & alcune sono dolci, & alcune acerbe, & austere; sono fredde nel principio del

Dolci.
Austere.

del secondo grado, & humide nel fin del terzo.

Scielta. Sono molto lodate le damascine, ò damascene, massime le bē mature, & dolci, le quali sono cosi chiamate da Damasco città di Soria.

Giouamenti. Purgano la colera, smorzano il calore, leuano la sete, rinfrescano, humettano il corpo, onde cuoce il lor succo, e serbasi per eccitar l'appetito, & per estinguere à i febricitanti la sete, & se ne fà elettuario con scamonea, & senza, per sol uere il ventre; & con polpa di pruni damasceni, & manna si fà il nostro elettuario durantino, con infusion di sena, polipodio, anisi, & cinnamomo, che presone alla quantità di meza oncia nel principio del pranzo, lubrica piaceuolmente il corpo, & è gratissimo al gusto, come la cotognata.

Diapruno.

elettuario durantino

Nocumenti. Nuocono à quei c'hā-

no

no lo stomaco debole, & freddo à i decrepiti, & flemmatici, & à quei che patiscono dolori colici.

Rimedi. Si rimedia à i nocumenti delle prune mangiandole ben mature, nelle prime mense, con zuccaro, ò mangiandoui sopra cibi salati, & beuendoci buono vino; sono ottime p i gioueni, ne i tempi molto caldi, & p quei, che son colerici, & sanguigni.

Seguono i frutti dell' Herbe.

CEDRVOLI.

Abstergit Cucumis friget pariterq; satiuus,
Ordine bino humet, vesicæq; vlcera sanat,
Vrinamq; ciet, reuocant animoq; liquentes
Olfactu, morsusq; canum folia illita sanant
Cum vino; à mensis iuuat hos arcere ferentes
Lethales succos stomacho nisi forte coquant.

Cedruolo.

Nomi. Lat. *Cucumis satiuus.* Ital. *Cedruolo.*

Qualità. Sono freddi nel fin del secondo grado, & humidi nel terzo.

Scielta.

Scielta. I migliori ſono i lunghi groſſi, & bē maturi, con colore gialetto, & i piccioli ſono migliori de i grandi.

Giouamenti. Rinfreſcano mirabilmente quei c' hanno ardor nello ſtomaco, leuano la ſete, ſmorzano la collera, & prouocano l'vrina, mondate dalla ſcorza, & fatte lunghe, & larghe, & ſottili, & infuſe in acqua freſca, meſſe ſu la lingua de' febricitanti, leuano loro la ſete, non laſciano raſciugare, & diuentar nera la lingua, nè il palato, anzi ſmorzano la ſete, rinfreſcan l'ardor delle febri, & mantengono la bocca humida, & freſca, bolliti con zuccaro leuano la ſete piú valoroſamente.

Sete.

Nocumenti. Sono duriſſimi da digerire, generano flemma, & humori viſcoſi, & tal volta velenoſi nel corpo, & nelle vene. Dalli quali poi in proceſſo di tēpo ſi cauſano febri lunghe, & di mala qualità, & nuocono

T à gli

à gli ſtomachi freddi, che non li digeriſcono mai.

Rimedi. Son men nociui mangiandoli in inſalata con cipolla, baſilicò, dragoncello, menta, rugheta, & pepe, ò altri cibi ſimili. Sono peſſimi in tutti i tempi, à tutte l'etadi, & à tutte le compleſſioni. Sono cibo per genti ruſtiche, che ſi faticano aſſai, & c'hanno lo ſtomaco molto caldo, mà non è cibo da perſone delicate. Cotto è manco nociuo.

Inſalata di cedruoli.

COCOMERO.

Aluo, & veſſicę Cucumer, ſtomacoq; ſalubris:
At venerem obtundit, non bene coctus obeſt,
Hic bilem ſubigitq; ſitim. ſtomachoq; calenti,
Gratus erit, Medici ſi ſapit arte coqui,
Ne diuturna tamen ſit concomitata, caueto,
Febris in aſſiduos ſi datur eſca cibos.

Nomi. Lat. *Anguria.* Ital. Cocomero, & *Anguria.*

Cocomero.

Qualità. E il cocomero freddo, & humido nel ſecondo grado.

Scielta.

Scielta. I migliori son quelli che sono grandi, & ben maturi.

Giouamenti. E valorosissimo il cocomero per refrigerio de gl'assetati la state, vale nelle ardentissime febri che sminuice il calore, & gioua alla aridità della lingua, i semi son rimedio alle reni, & alla vesica, prouocando l'vrina: sono molto conuenienti alli stomachi caldi, & secchi, ristorano quei che patiscono suanimenti, per il souerchio calore; la polpa dei cocomeri, si tiene in bocca per l'aridità della lingua.

Lingua arida.

Nocumenti. Vsandosi troppo è di cattiuo nutrimento il cocomero, et se presto non passa dallo stomaco, corrompesi, & conuertesi in humore simile à mortiferi veleni, si minuisce il seme genitale, & estingue gl'appetiti venerei, genera nello stomaco flemma viscosa, la quale diffondendosi cruda p le vene, cagiona longhissime

febri, fanno i cocomeri à quei c'hanno la flemma nello ſtomaco nauſea, et cagionano dolori colici, et paſſioni ipocondriache.

Rimedi. Non biſogna mangiarlo nel principio della menſa, perche à guiſa di rafano aſcende ad alto; in fin del mangiare è manco nociuo, et è più facile à digerire; ſono i cocomeri inimici a' vecchi, et alle fredde, et humide compleſſioni, et il rimedio è di mãgiare vn poco di ſeme d'ameos; à i gioueni ſono più conuenienti, et parimente à ſanguigni; et cotti ſono manco nociui.

FRAGHE.

Arrident æſtate cibis corruptaq; febrem.
Fraga creant oculis viſceribusq; fauent.

Fraghe. Nomi. Lat. *Fraga*. Ital. *Fraghe*, & *Fragole*.

Qualità. Sono fredde nel primo grado, et ſecche nel ſecondo.

Scielta.

Scielta. Le migliori ſono le roſſe, ben mature, groſſe, di grandiſſimo odore, et domeſtiche, et quelle de' noſtri monti di Terraſanta, et di Monte nero che le noſtre paſtorelle portano à noi chiuſe nelle ſcorze de gli arbori.

Giouamenti. Sono al guſto gratiſſime, ſmorzano l'ardor, et l'acutezza del ſangue, et eſtinguono il feruor della colera, rifreſcādo il fegato. Leuano la ſete, prouocano l'orina, et eccitano l'appetito. Il lor vino diſſecca i quoſſi del viſo, e chiarifica la viſta applicato à gl'occhi, leuandone le nuuolette, aſterge la pelle del viſo guaſta da' morbiglioni. Le fraghe neſſuno veleno prēdono da i roſpi, ò da ſerpenti, da quali ſon ſpeſſo calcate, eſſendo poco da terra lontane. Fermano le diſſenterie, & i fluſſi delle donne, et giouano alla milza. La decottiō delle frōdi, et delle radici, gioua beu-

Quoſſi.
Vino di fraghe.

beuuta all'infiammation del fegato, & mondifica le reni, & la vessica, & l'acqua stillata dalle fraghe ferma il flusso del sangue in tutte le parti.

Acqua di fraghe.

Nocumenti. Son di poco nutrimento, & facilmente si corrompono nello stomaco; nuocono le fraghe fortemente à i tremoli, & paralitici, & à quei che patiscono dolori di nerui. Et il lor vino imbriaca. Si putrefanno facilmente, onde chi ne mãgia assai, cade spesso in febri maligne.

Vino di fraghe.

Rimedi. Bisogna nettare prima dalle frondi, & da ogni bruttezza, lauarle con buon vin bianco, & poi mangiarle asperse di zuccaro. Sono conuenienti nei tempi caldi a' giouani, & à complessioni coleriche, & sanguigne, & à stomachi non deboli, & si deuono mangiare auanti à tutti gli altri cibi, & in poca quantità, come le cerase, & i mori, & gli altri cibi fugaci.

ME-

MELONI.

Abstergit, lapidem minuit Pepo, mitigat æstus;
Huic male concocto pessimus humor erit.

Meloni. Peponi.

Nomi. Lat. Pepo. Ital. *Melone*, & *Pepone*.

Qualità. Sono i meloni, & i peponi freddi nel secondo grado; & i meloni humidi in fin del secondo, & i peponi nel terzo grado.

Scielta. Si eleggano quei, che son di odore & di sapore esquisiti, nl gusto sommamente grati, & che siano freschi; & maturi.

Giouamenti. Rinfrescano valorosamente, nettano il corpo, prouocano l'vrina, cauano la sete, & eccitano l'appetito; quei che ne mangiano assai s'assicurano della pietra, & dalla renella, & per questo Albino Imperatore se ne dilettaua in modo, che vna sera mangiò cento persiche di Campagna, & dieci meloni di Ostia,

Albino Imperatore.

i quali à quel tẽpo erano i più lodati.

Nocumenti. Fanno ventoſità, & dolori nel ventre, & però ſe ne deuono aſtenere quei che patiſcono dolori colici, perche generando cattiuo nutrimento, facilmente ſi conuertono in quelli humori, che ritrouano nello ſtomaco, & difficilmente ſi digeriſcono, per la lor frigidità, & coſi eccitano vomito; & fluſſi colerici, & corrompendoſi generano febri maligne con petecchie.

Rimedi. Non ſi deuono mangiare ſe non à ſtomaco voto, perche eſſendo di facile conuerſione, ſubito ſi mutano in quell'humore, che ritrouano nel ſtomaco. E buon rimedio ancora il mangiar co'l melone il caſcio vecchio, & coſe ſalate, & beuendoci appreſſo ottimo vino, mà non molto potente, & mangiando poi altri cibi di ottima ſoſtanza; ſono buoni nei tempi caldi, & ardenti, &

con-

conuengono in ogni età, eccetto che alli decrepiti, che nuocono à flemmatici, & à malenconici grādemēte.

ZVCCA.

Succi aquei, cursus rapidiq; Cucurbita, bilem
Vincit, & Iliacum non bene cocta, ciet.
Quā bene grata tamē cuicūq; admixta secūdat
Huic externa magis quam sua forma placet.

Zucca.

Nomi. Lat. *Cucurbita.* Ital. *Zucca.*

Qualità. E fredda, & humida nel secondo grado.

Scielta. Le megliori sono le lunghe, fresche, & tenere; le verdi deuono esser leggieri, & dolci.

Giouamenti. Gioua a' colerici, smorzando la sete, rinfresca il fegato, & solue piaceuolmente il corpo. Le fritte sono molto più sane, che le lesse, imperoche nel friggere lasciano grā parte del loro aquoso humore, & così danno megliore, & più copioso nutrimento.

Nocumenti. E di cattiuo nutrimẽto, & si corrompe, cambiandosi con quell'humore che troua nello stomaco, & perche è insipida, riceue quel sapore, & genera l'humor simile à quella cosa, con la qual si condisce. Nuoce a' freddi, & à i flemmatici, genera molta ventosità, & però indebolisce lo stomaco, & nuoce à gl'intestini, fà i dolori colici, & i premiti.

Rimedi. E manco nociua, apparecchiata con cose agre, come agresta, & simili, & parimente con cose salse, & calide, come sono senape, pepe, & cipolla, & petrosello; è buona ne i tẽpi caldi per i gioueni, & colerici.

AVERTIMENTI NELLE CARNI.

LE Carni più d'ogn'altro cibo nutriscono, perche essendo calde, & humide, facilmẽte si transmutano in sangue, & danno grandissimo nutrimen-

trimento; circa le quali bisogna seruar queste regole.

I. Sempre si auertisca, che gli animali, le carni, l'herbe, i frumenti, & i vini si eleggano de i luoghi alti, & odoriferi, che sian da ottimi venti ristorati, & da soaui raggi del sol ricreati, doue non siano stabbi, nè stagni, & che in essi le cose si conseruigno lungo tempo incorrotte.

II. Che si fuggano tutte le carni de gli animali, che stanno nelle paludi, & nelle stagni, & nelle lagune, come sono l'anitre, & l'oche.

III. Le carni degl'animali troppo gioueni, & troppo vecchi, sono cattiue, dure, secche, neruose, & di poco nutrimento, & difficili à digerire; quelle de gl'animali troppo vecchi, come quelle de' gioueni, sono troppo humide, & piene di superfluità, quantunque per il ventre più facilmente discendano.

IIII. La

IIII. La carne de gli animali maſchi è più calda, più ſecca, & più facile à digerire, che quella delle femine, la quale è più fredda, & più humida, & per queſto più indigeſtibile, & quindi auuiene, che la carne delle femine è miglior per i febricitanti, che quella de' maſchi, perche è manco calda, & più humida; & per queſto s'hanno da dare la ſtate à gl'infermi le polanche, et non li pollaſtri.

V. Ogni carne feminina genera ſangue cattiuo, più che quella dei maſchi, eccetto le capre, che ſono di più laudabil nutrimento, che non ſono i becchi.

VI. La carne ſalata nuoce, generando ſangue groſſo, et malenconico, perche diſſecca grãdemente, poco nutriſce, et genera cattiuo ſucco.

VII. La carne graſſa, preſto ſi digeriſce, genera nondimeno molta ſuperfluità, et per queſto è di poco nutrimen-

trimento, leua l'appetito, impedifcce la digeftione, et fà languido lo ftomaco; la magra è di maggior nutrimento, et genera poca fuperfluità; onde la mezzana tra quefte due è la più pſtãte, pche genera fangue tẽperato.

VIII. Le carni de gl'animali volatili fon più leggieri, più fecche, et di più facil digeftione, che quelle de gli animali quadrupedi, et per quefto fono conuenientiffimi à coloro, che attẽdono più à gli effercitij dell'animo, che del corpo, pche più facilmẽte de gl'altri fi digerifcono, pche generano fangue chiaro, mõdo, fpiritofo, et molto atto à gli effercitij della mẽte, et alla fpeculatione dell'intelletto.

IX. Le carni d'animali faluatiche fon megliori di quelle de' domeftici, et il fangue generato da loro hà poche fuperfluità, per li molti loro effercitij, et fatiche, et perche vi-

uono

uono in aere più secco, massime quelli, che soggiornano ne i monti, & per questo la carne loro si conserua più longo tempo incorrotta, perche hanno poco grasso, & per questo generano poche superfluità, meglio nutriscono, & generano sangue megliore: mà gli animali domestici sono più humidi de i saluaggi, per l'otio, & per l'humidità dell'aere, nel quale stanno.

X. Ne' tempi, & complessioni humide, la carni, che declinano alla siccità sono più conuenienti, mà i tempi, & complessioni secche, & età, & per i vecchi sono più à proposito le carni, che habbino dell'humido.

XI. La carne del castrato è megliore, per che è di temperata complessione, perche è più calda delle feminine, & de' maschi più frigida.

XII. La carne di animal negro è più leggiera, & più soaue, che

quella

quella di animal bianco.

XIII. La carne, che circonda l'osso, e di più laudabile nutrimento, & la carne della parte destra è più leggiera, & piu facile à digerire della sinistra, & quella della parte anteriore è meglio della posteriore, perche le carni anteriori sono più calde, & più facili à digerirsi, mà le posteriori son più fredde, & più grosse; & la carne, che è più propinqua al cuore, è più prestante, che quella, che n'è più lontana, perche corroborata dal calor del cuore, si fà più atta à nuotrire.

XIIII. Le carni, che declinano alla siccità, bisogna lessarle, & quelle, che declinano all'humidità arrostirle, per contẽperare l'humidità loro, & per questo le carni di conigli, di lepori, di cerui, & caprij, bisogna lessarle, & l'elissatione tempera la loro siccità; mà la carne di porco, di castrato, & di mõtone, si deue arrostire.

XV. La

XV. La carne arrostita nello spedo, è grossa, et di gran nutrimẽto, mà si digerisce più difficilmente che quella che si lessa, et per questo non bisogna tiempirsene: la lessa è di più facil digestione, dà più laudabil nutrimento, et per questo è più conueniente, che l'arrostita. Mà è da notare, che le carni molto grasse, bisognare arrostirle, et le magri per il più lessarle, perche il fuoco consuma la grassezza loro, si come la magrezza riceue humidità dall'acqua. Nel pranzo si conuengono più le carni lesse, et nella cena l'arrostite, et che essendo più difficile à digerire, la notre meglio si digeriscono. Le carni fritte generano fastidio, nausea, grauità di testa, et difficilmente si digeriscono, se bene sono di gran nutrimento.

AGNEL-

AGNELLO.

Anniculus placeat, vel si sine testibus Agnus,
Pinguior est Hædo, quum calet olla mores.

Nomi. Lat. *Agnus*. Ital. *Agnello*. *Agnello.*

Qualità. E l'agnello caldo nel primo grado, & humido nel secondo, mà il lattante è humido nel terzo, & hà molta viscosità, mà quãdo hà l'anno, non abbonda di tanta humidità, che subito leuato dal latte gli cresce il calore, mancandoli l'humidità.

Scielta. Che sia d'vn'anno, maschio, & che sia nato di primauera, & habbia pasciute herbe odorate.

Giouamenti. Genera buon nutrimento, facile à digerirsi, massime quando si è pasciuto d'herbe odorifere, vale contra l'humor malenconico, & gioua à coloro che stanno ne i paesi caldi; & ne i tempi caldi, & à quei che sono di colerica, & adusta complessione.

Quel che non allatta è migliore, facilmente si digerisce, genera buono, & piú copioso nutrimento.

Nocumenti. La carne d'agnello giouane lattante, è humida, viscosa, escrementosa, mucillaginosa, & di grosso nutrimento, & per questo nuoce molto à i flemmatici, & massime à i vecchi, ne i tempi, & paesi freddi, genera molta viscosità nello stomaco, perche hà in se souerchia humidità, & tanto più quãto è più giouane; non è conueniente à gl'infermi, massime à chi patisce mal caduco, ò altre passioni del ceruello, & de' nerui.

Mal caduco.

Rimedi. Non si mãgi se nõ d'vn'anno, & che non habbia vsato il coito, & cuochisi arrosto, con saluia, rosmarino, aglio, & garofani, & con altre cose calde, che dissecchino l'humidità, & mangiandola questa carne, si accompagni con carne salata, & mẽta; si mangi con salse che habbino del-

dell'incisiuo, & del disseccatiuo, come è la salsa fatta di mostaccioli Napolitani infusi in aceto, pestandoli bene, & aggiungendoui succo di petrosello, ouero cō l'aglio, cime, e succo di petrocello, pan rostito, insuppato prima nell'aceto bianco forte ben pesto insieme; mà arrostita è molto meglio, che bollita.

Salsa.

BECCO.

Cum male olet, siccat, fit iam Caper improbus, absit,
Et cadat ante focos victima Bacche tuos.

Nomi. Latin. *Caper, & Hircus*. Ital. *Becco*.

Becco.

Qualità. E questa carne calda, & secca, & de i gioueni è manco male, massime se siano castrati.

Giouamenti. Gioua à quei, che sono smisuratamente grassi.

Nocumenti. E carne puzzolente,

è difficile a digerire, & genera cattiuo nutrimento, patiſce il mal caduco, onde a gli huomini, che ſono diſpoſti a quel male è pernitioſiſſima; genera humor malenconico, & ventoſo.

Mal caduco.

Rimedi. Biſogna in tempo di neceſſitè, mangiar queſta carne, che ſia graſſa, & giouene, & ſia leſſa con herbe odorate, & cauoli, & ſi mangi con agliata; i becchi caſtrati ſono manco nociui, & i montani ſon manco fetidi, & la lor carne è più ſecca, che quella del domeſtico.

Cottura.

BVE, VITELLO, E TORO.

Aſſiduos habeant vitulos tua prandia in vſus,
Cui madida & ſapido iuncta tepore caro eſt.
Terrea bilem affert terram digeſta per annos
Nunc eme ſic ſtomacho ſit leuis eſca tuo.

Nomi. Lat. *Bo, Vitulus, & Taurus.* Ital. *Bue Vitello, & Toro.*

Bue.

Qualità. E la carne di vaccina fredda

nel

nel primo grado, & secca nel secondo, mà quando è vicina alla natiuità hà più dell'humido, che le carni giouenì de gli animali, che per natura son secchi, sono temperate.

Scielta. Il bue deue esser giouane, & grasso, & auezzo all'aratro; la vitella, che sia lattante, & di madre, che habbia pasciuto di ottimi pascoli. *Vitella.*

Giouamenti. Il bue è di grandissimo nutrimento à quei che molto si affaticano, & genera loro molto sangue, & stagna il flusso colerico: la vitella dà grandissimo nutrimento, & genera ottimo sangue, facilissimamente si digerisce; la campareccia è men buona della mongana.

Nocumenti. Il bue è di pessimo nutrimento, tardi si digerisce, genera varici, & infirmità malenconiche; la vitella è di grossa sostanza, & per questo nuoce ai conualescenti. Il *Toro.*

torro è peggiore di tutti, che à carne grossa, fibrosa, dura, secca, fetida, & di cattiuo nutrimento; la vacca è cattiuissima, massime la vecchia.

Vaca.

Rimedi. La carne di vaccina si tenga nel sale per vintiquattro hore, & si cuoca bene: la vitella cuocassi in compagnia di galline, ò capponi grassi, & ponghisi seco il petrosello.

BVFALO.

Bufalo.

Bubalus hinc abeat, ne ve intret prædia nostra,
Non edat hunc quisquã sub iuga sẽper erat.

Nomi. Lat. *Bubalus.* Ital. *Bufalo.*

Qualità. La carne del bufalo è carne grossa, che non si legge, che entrasse nelle mense de gli antichi, nõdimeno à i tempi nostri si mangia da molti, & si lodano i lombi di bufaletti, il fegato, la lingua, & le zinne delle femine, che allattano, & è cibo ordinario de gli Hebrei.

Cibo d'hebri.

Scielta.

Scielta. Sia giouene, & grasso.

Giouamenti. Si mangi in poca quantità, pche nō è da stomachi delicati.

Nocumēti. Difficilmente si digerisce, genera nutrimento grosso, & viscoso. Mangiata questa carne fresca, oltre che è ingrata al gusto, moue il flusso del corpo.

Rimedi. Salata questa carne è mãco nociua, & hà megliore sapore.

Nam sapit esca male, quæ datur absq; sale.

CAPRETTO.

Hædulus ad domini saltet, sed frigidus, aras.
Vix calet, ille ægris vda alimenta feret.

Capretto.

Nomi. Lat. *Hædus*. Ital. *Capretto*.

Qualità. E di caldo temperamento fin al secondo mese, et è carne laudabile, et temperata tra l'humidità, et siccità.

Scielta. Si elegghino i negri, et rossi, mà che non arriuino à sei mesi, anzi

che siano lattanti, et siano maschi.

Giouamenti. Dà ottimo nutrimento, si digerisce presto, conferisce alla sanità mirabilmente, gioua grandemente à gli infermi, et a i conualescenti, et a coloro, che non molto si affaticano, et a gli studiosi.

Nocumenti. Nuoce il capretto ai vecchi decrepiti, et a quei che hanno lo stomaco freddo, et acquoso. Nuoce a quei che molto si affaticano, et a quei che patiscono dolori colici, ò mal caduco.

Mal caduco.

Rimedi. Si rimedia cuocendolo ben bene, et non allesso, ma arrosto, massime le parti di dietro, che non sono tanto humide, quanto quelle dauanti, et si mangino con aranci, la lessa si mangi fredda.

CARPIO.

Iam canibus laqueos iniungite, can lacer vdã
Tingit humnum roseo sanguine Capreolus.

Hic

Hic optata feret nobis fomenta calore.
Vda leui, modicis moxq; fouenda focis.
Damula adusta magis, si matris ab ubere rapta est.
Huic prior in nostro forte erit orbe locus.

Nomi. Latin. *Capreolus, & Dama.* Ital. *Caprio Capriolo, & Damma.*

Caprio. Damma.

Qualità. E caldo, & secco nel secondo grado.

Scielta. Si eleggano de i caprij, & delle damme, quelli che siano giouani grassi, & assai esercitati, che cosi si dissoluono loro i tristi humori, diuengono piú facili a digerire, & il sangue che generano hà pochissime superfluità, nondimeno tira vn poco al malenconico, come, quasi quello di tutte l'altre fiere.

Giouamenti. E di grande, & buono nutrimento, & in questa supera tutte l'altre carni saluagge, vale contra la paralisia, dolori colici, & smagra i tropo grassi.

Nocu-

Nocumenti. Nuoce à i magri, et estenuati, perche generando sangue asciutto, ne vengono à patire i nerui, massime se l'animale è vecchio, che all'hora è più difficile à digerire; è cattiuo cibo ne i tempi caldi.

Rimedi. Quando si cuoce, si bagni assai con olio, ò con grasso, acciò la carne si faccia più humida, et più facilmente si digerisca; mangiasi alle tauole de i grandi questa carne lessa, arrostita, et in pasticci, si conuiene l'inuerno per i flemmatici; mà non conferisce a' gioueni, et à i colerici. Si querelano questi animali così,

Pasticci.

Dente timetur aper defendunt cornua Ceruũ;
Imbelles Damæ quid nisi præda sumus?

CASTRATO.

Hunc amo, si duri per pascua Montis anhelat;
Maluero si auri vellere diues erit.

Castrato.

Nomi, Latin. *Veruex*. Ital. *Castrato*.

Qua-

Qualità. E questa carne calda, et humida temperatamente.

Scielta. Si eleggano i giouenì d'vn' anno, che così la carne loro è molto buona, et molto conueniente per sani, et per gli ammalati, massime se i pascoli loro saranno in colli d'herbe odorifere, come sono i nostri di Gualdo, che così questa è meglio di tutte le carni.

Giouamenti. Genera questa carne buono sangue, perche è soaue, et di buono nutrimento, et facilmente si digerisce. Il brodo di castrato è ottimo, et vale molto contra l'humor malenconico, et mantiene l'humore in temperamento, et equalità; si mangia lessa con petrosello, ouero i quarti di dietro arrostiti, con rosmarino, et aglio, battuti prima con i bastoni.

Cottura.

Nocumenti. Quando il castrato è vecchio, nuoce la sua carne, perche

si

si dissecca: si per la età, si ancora per il mancamento de' testicoli, & è difficile a digerire, & manca della suauità, & gratia.

Rimedi. Non si mangi la carne de' vecchi, & mangiando quella de' gioueni cotta a lesso, si accompagni con herbe aperitiue, & cordiali, & cotta arrosto, si accompagni con saluia, rosmarino, & aglio, come si è detto; è buona questa carne in tutti i tempi, in tutte l'etadi, in tutte le complessioni, & in tutti i paesi.

CERVO.

Terreus est, volitat sed Ceruus: retia tendas
Ne fugiat, neruis cum tumuere fauet.
Si vereare nigram bilem, sit captus anhelo.
Esca cani, cordis, sed prius ossa legas.
Illa venenatum poterunt depellere virus.
Sic nihil est penitus, quod sine laude voces.

Nomi.

Nomi. Lat. *Ceruus*. Ital. *Ceruo*.

Ceruo

Qualità. E caldo nel primo grado, ſecco nel ſecondo.

Scielta. Si elegga giouene, ò lattante, ouero che ſia ſtato caſtrato.

Giouamenti. La carne de i cerui picccolini caſtrati è lodata per carne di buono nutrimēto, che coſi p de ogni malitia; il corno del ceruo abbruſciato, ſcaccia tutti gli animali velenoſi; et l'oſſo, che ſi ritroua nel ſuo cuore, è molto cordiale, reſiſte a i veleni, & per queſto ſi mette nelle theriache.

Oßo di cuor di ceruo.

Nocumenti. Queſta carne genera groſſo, & malenconico humore, difficilmente ſi digeriſce, & è di poco nutrimento, genera paraliſia, & fà tremuli, & quartanarij.

Rimedi. Cuocendoſi in compagnia d'altre carni d'animali graſſi, ouero in paſticci, con molto lardo, ouero ſia di cerui gioueni, ò caſtrati de-

Paſticci.

depone la ſua malitia; non ſi mangi la ſtate, maſſime da i vecchi, et da i malenconici, l'inuerno ſi mangia più ſicuramēte, perche la ſtate mangiano vipere, et ſerpenti, il lombo è la ſua parte megliore.

CONIGLIO.

Credideram leporem, ſic forma ſimillima fallit:
Ambo ſuperfœtant, dente vel aure pares.
Ambo timent, diſtant tamen, vda cuniculus affert
Fercula, viſcoſum ſemimitata gluten.
Hunc torre igna tamē, ſuffoſſa euertere Caſtra
Bethydis audebit ſi modo credis aquis.

Coniglio.

Nomi. Lat. *Cuniculus*, Ital. *Coniglio, & picciol lepre, per la gran ſimilitudine, che con quello tiene, & dal continuo caminare, che egli fà ſotto terra, hanno imparato i ſoldati di far le mine, onde diſſe il* Poeta.

Mine.

Gaudet in effoſſis habitare Cuniculus antris,
Demonſtrat tacitas hoſtibus ille vias.

Qua-

Qualità. E freddo nel principio del primo grado, et secco nel secondo, et la sua carne è manco secca della laporina, et di men cattiuo nutrimento.

Sceltà. Si elegga il giouane, grasso, d'inuerno, et che la sua carne all'aria della notte sia diuentata tenera, et frolla, che i vecchi hanno carne impura, poco sana, et poco grata al gusto.

Giouamenti. Da buono nutrimento, et copioso, consuma l'humidità superflue, et le flemme, che ritroua nel stomaco, et lo conforta, sono queste carni più bianche, nè tanto secche come le leporine, et per questo meglio nutriscono, et più facilmente si digeriscono; prouocano l'orina, et giouano à coloro, che patiscono l'elefantiasi.

Nocumenti. Nuoce à i malenconici, massime à i decrepiti, et ne i tē-

pi caldi, che genera grosso nutrimẽ-to, et non molto buono, et non è questa carne molto grata al gusto.

Cottura. *Rimedi*. E manco nociua questa carne, facendola vn poco bollire, et poi arrostirla con herbe odorifere, garofani, noce moscate, ò canella, et lardo, ò strutto.

GHIRI.

Nil iuuat vmbrosi latitare cubilibus antri
Glis tibi, vita, & mors hic tibi somnus erit.
Nec pingui nocuiße malo, ingeniosa libido.
Interdicta gulæ noxia quæque vocat.

Ghiri. *Nomi*. Latin. *Glis*. Ital. *Ghiro*, è *animale molto simile à i topi, che la maggior parte dell'anno dorme, & l'inuerno per il sonno si ingrassa, mà la state mangia ghiande, noci, & castagne, onde disse il Poeta,*

Tota mihi dormitur hyems, & pinguior illo
Tempore sum quo me nil nisi somnus alit.

Qua-

Qualità. Son caldi, & secchi.

Scielta. Si elegghino i grassi, & grossi.

Giouamenti. Nutriscono gagliardamente, & sono al gusto dilettevoli; appresso i Romani furono in gran pregio nelle mense loro; ma appresso i Greci non furono in alcuna consideratione. Sono vtilissimi à i paralitici, e giouano à quei che patiscon la fame canina, per la grassezza loro.

Nocumenti. Se non son grassi, difficilmente si digeriscono, & generano humor malenconico, & freddo, & grosso nutrimento; & essendo troppo grassi distruggono l'appetito, offendendo lo stomaco.

Rimedi. Si mangiano fritti nella padella, oueramente arrostiti cõ herbe odorate, & specie, ò sale, & cose aromatiche.

LEPORE.

Auriti Leporis mihi pulpamenta reponas,
His meus abradi iam didicit stomachus.
Ignea sunt, aluum durant: sed renibus arctas
Et femori norunt hæc reserare vias.
Iuppiter alme, datur lepori si sexus vtorque,
Nec fera, nec malus est, omnibus esca placet.

Lepre. Nomi. Lat. *Lepus.* Ital. *Lepre, & Lepore dalla leggierezza de piedi cosi detto, & dalla velocità del corso, che gli sono state date in cambio dell'armi, per difendersi dalle bestie, & da i cacciatori.*

Qualità. E la lepre secca nel secondo grado, & calda nel principio del primo.

Scielta. La megliore è la giouene presa da i cani nella caccia, con molto trauaglio, sia d'inuerno, & la carne si frolli al sereno della notte.

Giouamenti. I leporotti son molto soaui, & grati allo stomaco, cotti in acqua, vino, & saluia, ouero arro-

stiti

stiti con saluia, & garofani, ò fattone pasticci datoli prima vn bollore: giouano à quei, che son troppo grassi, & desiderano smagrire. Fan buon colore in viso, onde scherzando disse il Poeta,

Pasticci.

Smagrire

Si quando leporem mitis mihi, Gellia dicis,
Formosus septem Marce diebus eris,
Si non derides, si verum Gellia narras,
Edicti nunquam Gellia tu leporem?

Il sangue della lepre mangiato fritto gioua alla dissenteria, alle posteme de gl'intestini, & à i flussi inuecchiati, rompe la pietra delle reni, & della vessica; il ceruello della lepre arrostito gioua mangiato al tremor de i membri, & co'l medesimo si facilita l'vscita de i denti à i fanciulli, & sminuisce il dolor, il quaglio beuuto con aceto gioua al mal caduco, facendo bagno co'l brodo della lepre, conferisce à i podagrici.

Renelle.

Nocumenti. Tardi si digerisce, ge-

nera grosso sangue, stringe il ventre, induce vigilia, & sogni fastidiosi, genera sangue malenconico, onde nuoce à i malenconici, & a quei che studiano, & dà poco, & cattiuo nutrimento, & fà malenconico.

Rimedi. E manco nociua cuocendosi piena di lardo, ò di altro grasso, con molte specie aromatiche. Non è buona se non l'inuerno, et per i gioueni, et per i sanguigni.

MONTONE.

Non Aries facilis coctu est, alimenta ministrat
Pessima, nec gulæ, ventriculoue placet.

Montone.

Nomi. Lat. *Aries*. Ital. *Montone*.

Qualità. E simile alla carne di becco, mà più facile à digerire.

Giouamenti. Non hà in se virtù alcuna, et per questo è stata dalle mense sbandiua in molti lugohi.

Nocumenti. La carne del montone, tanto giouene quanto vecchio, è di

catti-

cattiuo nutrimento, difficile à digerire, et insuaue, percioche è di fetido odore, et di cattiuo sapore, et similmente quella della pecora.

Pecora.

Rimedi. Il vero rimedio è di non mangiarne, et sbandirlo dalle mense, come abomineuole, et nociuo, eccettuando in Francia, Spagna, Prouenza, et in molti altri luoghi per i pascoli di rosmarino, saluia, origano, et altre herbe odorifere.

PORCO DOMESTICO.

Sus tibi cænoso sit cæna domesticus ore,
Grata ferat nobis mensa hyemalis aprum.

Nomi. Latin. *Cus.* Ital. *Porco.*

Porco.

Qualità. E caldo nel primo grado, humido nel fin del secondo, ma il lattante è più humido, et per questo le porchette si deuono fuggire, perche apportano molto danno.

Scielta. Quello è megliore, che sia ne trop-

troppo picciolo, nè troppo vecchio, mà di meza età, & sia maschio, & alleuato alla campagna, & nei monti.

Giouamenti. Dà copiosissimo, & lodeuol nutrimento, mantiene il corpo lubrico, & prouoca l'orina, i presciutti, & l'altre parti salate son buone per eccitar l'appetito, & per cuocer con l'altre carni, che dà lor gratia, & fà saporito il bere; incide le flemme.

Bere.

Nocumenti. Nuoce questa carne alle persone delicate, & che viuono in otio, fà venir le podagre, & la sciatica, massime se è di porco lattante, & perche è troppo humida, & tropo viscosa, & di molti escrementi, facilmente si putrefà, & conuertesi nelli humori cattiui, che ritroua nello stomaco, genera flemma, & dolori colici, pietre nelle reni, & opilationi del fegato; le scrofe hanno la carne legnosa, & piena d'humor malen-

Scrofe.

conico,

conico, generano grosso nutrimen-
to, onde quelli che frequentano il
mangiar troppo questa carne, abon-
dano di molti escrementi, l'assogna,
rilassa lo stomaco, leua l'appettito,
prouoca la nausea, & facilmente si
conuerte in colera.

Rimedi. E manco nociuo il porco
mangiato in poca quantità, di meza
età, & che la carne sia magra, mà di
animal grasso, salipresa, arrostita fre-
sca, con herbe odorate, oueramente
cotta nella graticola con sale, finoc-
chio, ò pitartima, che così è più gio-
conda al gusto, & è più sana, perche
non hà tanta superflua humidità; è
buona questa carne nei tempi molto
freddi, per i gioueni che hanno lo sto
maco caldo, & che molto s'affatica-
no; mà nuoce à vecchi, à studiosi, &
ad otiosi.

Cottura.

PORCO SILVESTRE.

Sus tibi cænoso sit cœna domesticus oro,
Grata ferat nobis mensa hyemalis Aprum,
Ille licet currat de vertice montis, aquosæ.
Carnis erit, pluri sed tamen apta cibo est.
Hunc feritas syluæq; domant, & inania saxa.
Post melius posita rusticitate sapit.

Cignale. *Nomi.* Lat. *Aper.* Ital. *Cignale*, & *porco seluaggio.*

Qualità. E caldo nel primo grado, & humido temperatamente, percioche non hà tanta humidità, quanto hà quella del domestico, ilche nasce dalla fatica, dall'aria, & da i pascoli.

Scielta. Il megliore è il giouane, grasso, & preso nella caccia d'inuerno, & sia frollo.

Giouamenti. E nobilissimo cibo, si mangia per il più arrosto, dà copioso nutrimento, è carne, che presto si digerisce, la meglior carne è quella de i porci siluestri, che più liberamente vanno vagãdo, & massime ne i monti

si in-

si insalano questi come i domestichi, & serbansi all'vso, Nell'Isola di S. Thome, tanto i porci domestichi, come i saluatichi sono ottimi, che si nutriscono di quelle canne, onde si caua il zucchero.

Porci ottimi.

Nocumenti. Nuoce à gli huomini che viuono otiosamente, & à qlli, che hanno lo stomaco debile, & pieno di flemme, perche genera escrementi assai in quelli, & accresce l'humidità.

Rimedi. Si leua il nocumento loro cuocendosi questa carne in brodo lardieri, ouero in pasticci con molte specie, che cosi si consuma la superfluità di questa carne, la quale non è buona se non l'inuerno, per quelli, che sono colerici, & sanguigni, & che si esercitano assai.

SPINOSO.

Vtere Echino Hilaris, stomachū fouet, Ilia molli
Humet, & vrinæ firmat loca laßa fluētis. (lis
Febribus antiquis cibus est aptissimus, ægris
Proficit, & neruis sale si conditus edatur.

Riccio.

Nomi. Lat. *Echinus, & Hexinaceus: il maggiore Istrix.* Ital. *Riccio terrestre: il maggiore Istrice, & Spinoso.*

Qualità. E il maggiore, & minore spinoso, freddo nel primo grado.

Scielta. Quello spinoso è il megliore, che sia stato per vn gran pezzo trauagliato nella caccia, in tēpi molto freddi, & che all'aria sospeso, sia diuentato frollo.

Giouamenti. Dà gran nutrimento, risueglia l'appetito, fà dormire, & dà forza à quelli, che molro s'affaticano, & la sua carne mangiata non lascia sconciare le grauide, gioua à gli hydropici, & à quei che patiscono elefantia, & renella.

No-

Nocumenti. E la carne del riccio, & dello ſpinoſo tarda da digerirſi, genera molta flemma, & molta viſcoſità, aumenta l'humor malenconico, & nuoce à quei che patiſcon le morici.

Rimedi. Perde la ſua malitia queſta carne, cuocendoſi in paſticcio con molte ſpecie, ouero arroſto, con herbe odorifere, aglio, & canella, mà che ſia diuentata tenera, & frolla al ſereno, & ſi conuiene ne i tempi freddi, come ſi è detto.

AVERTIMENTI NELLE PARTI DE GLI ANIMALI.

Parti de gli animali.

FRà le parti de gli animali, alcune ſon megliori dell'altre, percioche tutte l'eſtremità, come il capo, il collo, i piedi, la coda, ſono riſpetto al reſto, dure, di poco, & groſſo nutrimento, & difficili à digerire, mà più ſaporite, & megliori ſono le parti circa l'ali, circa il collo, circa il petto, & circa il dorſo.

PAR-

PARTI DE GLI ANIMALI.

Quadrupedũ effodias oculos, cerebella volucrũ
V da nimis, calidum ni piper addit erunt.
Sunt aqueæ, & pluuiosi turgent vbera lacte,
Carne minus sapiunt, nec sine lacte placent
Colla, iecurq; calent, collum, sed fortius humet,
Gallina, Anser, Anas, mollius hepar habent.
Pes placet anterior, sed non minus ala, tepores
Aerios non est hæc imitata minus.
Det volucrum atrios renes coquus, ipse lienẽ,
Pulmonem, ventres, siccaq; corda vores,

Capo.

Capo. Il capo sia d'animale temperato in complessione, & di età mediocre: quei di capretto sono megliori, danno grandissimo nutrimẽto al corpo, prouocano l'orina, soluono il ventre, & eccitano gli appetiti venerei, mà mangiandone troppo ingrossano l'humor sottile, & generano i grossi, grauano lo stomaco, perche tardi si digeriscono, & difficilmente passano, se nõ si mãgiano con sapori

fatti

fatti con ſenape, come moſtarda forte, ouero con altre coſe aromatiche; è il capo caldo nel primo grado, & humido nel ſecondo; è per i giouені, & p i colerici buono ne i tẽpi freddi.

Occhi.

Occhi. Gli occhi degli animali da pochi ſi mangiano; ſono di natura acquea, ſono compoſti di ſoſtanza diſſimile per la grandezza, hanno in ſe viſcoſità, onde difficilmente ſi digeriſcono, eccettuando però quei de' capretti.

Ceruello.

Ceruello. Ogni ceruello nuoce allo ſtomaco, & induce nauſea, è cibo flemmatico, di groſſo nutrimẽto, difficile à digerire, ma condito con ſapore, & coſe aromatiche diuenta megliore; il ceruello degli vccelli, maſſime dei montani è molto buono, mangiato con origano, pepe, & ſimil aromati, & con aceto, per leuare la loro humidità.

Zinne. Qñ ſono co'l latte, piacciono

molto

molto à i golosi, massime quelle di scrofe, & di vacche, se ben si digeriscono, danno buon nutrimento, mà quando lo stomaco non le passa, generano nutrimẽto crudo, & viscoso.

Collo.

Collo. I colli de gli vccelli, son come le code de' quadrupedi duri, e difficili à digerire, mà per il moto che fanno, generano manco superfluità. I colli de' colombi arostiti sono buoni per i conualescenti, & per tutti quelli, ch'hauessero poco apetito.

Fegato.

Fegato. Il fegato di tutti gl'animali quadrupedi, è pessimo cibo, perche tardi si digerisce, fatica lo stomaco, e l'aggraua, ritardando la digestione, mà impastato l'animale con fichi secchi, auanti che si amazzi, mà che sia maschio, & giouene, è delicatissimo al gusto, dà vn'ottimo nutrimento al corpo, & particolarmente, sana quei, à cui nel farsi notte manca la vista tale è quello delle oche ingrassate con

con latte, ouero di gallina grassa, ò di porco impastato di fichi secchi, si leua il nocumẽto del fegato cuocendolo bene sinche sia consumato il sangue che tiene, et sia cotto con saluia, ò lauro, poi sia circondato con la ratta, & si cuoca perfettamente, & sopra si ponga succo di aranci. Li fegati delle galline, ò capponi tengono il principato, il secondo luoco tiene quello del capretto: il terzo quello delle oche; il quarto quello de' porci, è buon il fegato in ogni tempo, in ogni età, & in ogni complessione, pur che habbi le conditioni sudette.

Polmone.

Polmone. Il polmone tanto è più facile del fegato, & della milza à digerire, quanto è più raro, mà nutrisce meno, et dà nutrimento più flemmatico.

Cuore.

Cuore. Hà il cuore vna sostanza fibrosa, & dura, onde facilmente concuocesi, & digerisceſi, mà condito

bene,

bene, & ben digesto dà non poco nutrimento, & buono.

Mileza. *Milza.* La milza molti piace al gusto, per vna acerbità, che in se cōtiene, mà è di cattiuo nutrimento, e come recetacolo dell'humor malenconico; fà quelli che l'vsano troppo ne i cibi malenconici, quella del porco è manco nociua.

Reni. *Reni.* Le reni sono di fastidioso sapore, di cattiuo nutrimento, difficili à digerire, massime de gl'animali vecchi, mà de gli animali giouени, & che allattano, come quelli di porchetti, & di capretti son megliori.

Trippa. *Trippa.* La trippa è buona per le persone, che trauagliano, & faticano assai il corpo, perche è più dura della carne del suo animale, è fredda, & secca nel secondo grado, gioua à quei che sentono grand'ardore nello stomaco, & nel ventre, perche genera humori freddi, nuoce à quei, che patiscono

ſcono le varici, la lepra, & altri mali
malenconici; la megliore è quella
dell'animale graſſo morto nella ſua
bella età, ben paſcolato netta, & graſ
ſa, & ſia cotta molto bene, & per lun
go tempo in brodo graſſo, & leſſa cõ
menta, & ſpetie aſſai, & non è buona
ſe non in tempi freddi per i giouani,
& per quei che ſon di calda compleſ-
ſione, & ch'hanno lo ſtomaco ga-
gliardo, & che molto s'affaticano; il
primo luogo tiene quella de i capret
ti; il ſecondo di vitella; il terzo della
vacca; & il medeſimo ſi può dir de
gl'inteſtini, che ſi è detto della trip-
pa.

Ale. L'ale degli vccelli ſono di ot-
timo nutrimento, perche non hanno
ſuperfluità alcuna.

Ale.

Teſticoli. La ſoſtanza de i teſti-
coli è ſimile à quella delle mammel-
le, danno al corpo ottimo nutrimen-
to, moltiplicano lo ſperma, & ac-

Teſticoli.

crescono il coito, quei de i galli impastati, & di polastri, sono soaui al gusto, & di ottimo nutrimento, & si dice, che tantum nutriunt, quantum ponderat; quelli d'animali vecchi sono di tarda digestione, & grauano alquanto lo stomaco, mà cuocendosi prima con pulegio montano, & sale, & poi friggendosi con butiro fresco, ò stufati con sughi acetosi, sono mãco nociui; conuengonsi ne i tempi freddi, ad ogni età, & complessioni, ecceto a'decrepiti, & flemmatici.

Piedi.

Piedi. Sono i piedi migliori quei dauanti, perche facilmẽte per la fatica si digeriscono, generano humori viscosi, & grossi, si deuono mangiare nella prima mensa; i piedi de gli vcelli sono inetti al cibo, mà quei de' capretti, d'agnelli, di vitella, ò d'altri animali giouani che siano di molta fatica, giouano a'colerici, & à chi hà il sangue sottile, fanno dormire,

nu-

nutriscono copiosamente, saldano le vene rotte sul petto, giouano a' tisici, & eccitano l'appetito, nuocono à quei, che patiscono dolori colici, la podagra, & altri mali delle gionture, e la sciatica; sono buoni d'ogni tempo per i gioueni, & per i colerici, mà fanno danno à i vecchi, & à i podagrosi, mà cuocendosi bene allesso, finche siano disfatti, & poi apparecchiandosi con aceto, zaffarano, si leua loro ogni malignità.

BVTIRO.

Lac dabit Aerij tibi condimenta Butiri.
Nec mirũ è gelido marmore flamma micat:
Pectora demulcet ventremq; doloribus apta.
Non sunt plura gulæ, sed satis ista Coquo.

Butiro.

Nomi. Latin. *Butirum.* Ital. *Butiro.*

Qualità. E il butiro caldo, & humido nel principio del primo grado.

Scielta. Il migliore è il fresco, &

dolcissimo, & quel di pecora è più lodato, che si caua dalle ricotte, pe- *Butiro di ricote.* ste bene con acqua tepida, & poi gittata da alto in acqua fresca, che di sopra viene à galla; il butiro il quale si mette nelle pampane, & tiensi à congelare in cantina, fatta ribollire poi quell'acqua, se ne ricaua la ricotta, aggiungendoui prima vn poco di sale.

Giouamenti. Purga valentemente, et mangiasi con zuccaro, et con mele, per maturare i catarri grossi, che tira fuori le superfluità, che sono raccolte nel petto, et nei polmoni per freddo, sana l'asma, et la tosse, massime mangiato con mele, et amandole amare, mitiga i dolori, nutrisce assai, et bene.

Nocumenti. Rilassa lo stomaco, et l'indebolisce à chi molto l'vsa, induce la nausea, et dispone alla rogna, *Lepra.* et alla lepra.

Rime-

Rimedi. Gli si leua i nocumenti mangiando appresso di quelli cibi cōfortatiui, stitichi, et astringēti, ouero zuccaro rosato vecchio, è buono in ogni tempo, et conferisce a' giouani, et à i vecchi, che purga loro il catarro, cuocesi, per conseruarlo con sale, et riserba la sua virtù, di aprire, et nettare il petto.

Conserua.

CASCIO.

Si calet antiquus siccescens Caseus, humet
Et gelidus nouus est, inter vtrumq; placet.
Si nouus impinguat, siccat vetus, attamē ambo
Et capiti, & stomaco, pectoribusq; nocent.
Mensa ferat medium, vel nullum, renibus illis
Sunt nocui, & iecori nil habet iste boni.

Nomi. Lat. *Caseus*. Ital. *Cascio*, & *Cacio*.

Cacio.

Qualità. E freddo, et humido nel secondo grado il fresco, ma il vecchio è caldo, et secco.

Scielta. Il cascio buono è il fresco, fatto di latte temperato, et che sia di ottimo pascolo.

Giouamenti. Mollifica, & ingrassa il corpo il fresco, è gratissimo alla bocca, & non nuoce allo stomaco, & di tutti gli altri cascij è più digestibile, mà che non sia troppo condensato, & si hà da mangiare quel giorno che si fà; il pecorino è il megliore degli altri, il vecchio fà molti danni, & per questo si mangi in poca quantità che serua per sigillo dello stomaco; perche,

Caseus est sanus, quem dat auara manus.

Nocumenti. Il vecchio difficilmente si digerisce, induce la sete, Infiamma il sangue, fà la pietra, oppila il fegato, passa tardi, & offende le reni, massime à chi hà lo stomaco assai debole.

Rimedi. Mangiandosi seco in compagnia noci, mandorle, pere, & mele, e manco nociuo, non s'hà da vsare troppo, è pasto di dura digestione, & ricerca vn gagliardo stomaco, &

si

si conuiene, à gioueni faticanti, & non a' vecchi, & otiosi.

LATE.

Dulce sapit subito cur lac putrescit: aquosũ est.
Quod præstat? capre: post? ouis inde? Bouis.
Cui nocuum? Capiti, putridis, & febribus, ora
Inficit, & neruos, sed bene pectus alit.
Quando bibam? primum, quum sugis ab vbere, somnus
Huic moneo, & motus, mixtaq; mensa nocet.
Tot petis, vnum oro: cur in contraria fertur,
Et modo lac reserat, & modo fluxa tenet?

Nomi. Latin. *Lac.* Ital. *Latte.* *Latte.*

Qualità. E humido nel secondo grado, & quanto al caldo è temperato; è composto di tre sostanze, l'vna acquosa, detta siero, che è freddo, & humido, nitroso, & solutiuo; la seconda è grossa detta butiro, & è temperata; la terza è grossa, della quale si fà il cascio, & questa è grossa, viscosa, & flemmatica.

Scielta. Il più pregiato latte è l'humano, il secondo il bouino, il terzo è il pecorino, il quarto è il caprino, et l'vltimo è il bufalino.

L'asinino.

Giouamenti. Accresce il ceruello, ingrassa il corpo, gioua à gli ethici, leua l'ardore dell'vrina, nutrisce assai, fa bello colore del corpo, accresce il coito, leua la tosse, allegra il petto, et ristora i conualescenti, et i tisici, beuendone alla quantità di trè oncie, con vn poco di zuccaro dentro, et poi non si mangi nulla; et non si beua, non si moua, et non si dorma, finche non sia digerito.

Nocumenti. Nuoce à chi hà la febre, à chi hà doglia di capo, a chi patisce dolori colici, a chi hà male à gli occhi, ai catarrosi, a chi hà la pietra, à gli opilati, a i denti, et alle gengiue.

Cõditura.

Rimedi. E manco nociuo se auanti che si beua vi si punga dentro vn poco di sale, ò zuccaro, ò mele, acciò-

che

che nello ſtomaco non ſi congeli, et ſi pigli à digiuno. E buono ne i tempi caldi per i gioueni, et per quei che hanno buono ſtomaco, et non per i vecchi.

CAPI DI LATTE.

Pectoribus confert, vires gerit atque butiri.
Flos lactis, capiti, ventriculoq; nocet.

Nomi. Sono i capi di latte il fiore del latte, poco dal butiro differenti, & ſi cauano dopò che il latte è bollito vn poco.

Qualità. Sono caldi, et humidi nel primo grado.

Capi di latte.

Scielta. I buoni ſono i freſchiſſimi. et fatti à fuoco lento, quando ſi leuaquano dalla maſſa del latte.

Giouamenti. Sono pettorali, come il butiro, et aggradeuoli al guſto, et leuano l'aſprezza, et ſiccità dello ſtomaco.

Nocumẽti. Tardi ſi digeriſcono, anzi ſopra nuotano a gli altri cibi, ſon di groſ-

grosso nutrimento, & facilmente fanno vapori che ascendono alla testa.

Rimedi. Sono manco nociui, se si mangiano in poca quantità, & si mãgino con zuccaro, ò mele dopò pasto. E pasto più da gioueni, & colerici, che da vecchi, perche ricercano lo stomaco gagliardo.

GIONCATA.

Ventriculi ardorẽ extinguit lac nomine iunci.
Atque sitim sedans praua alimenta parit.

Gioncata.

Nomi. Lat. *Gioncata, da i gionchi, ne i quali si conserua.*

Qualità. E freddo nel secondo grado, & humida temperatamente.

Scielta. La buona è quella, che è di latte, alquale non sia stato leuato il butiro, che sia fresca, & di ottimo pascolo.

Giouamenti. Smorza la sete, & l'ardore dello stomaco a chi l'ha molto caldo, & potente per digerirla.

Nocu-

Nocumenti. Riſtringe il petto, & perche manda vapori al capo fà tal'hora ſoffocatione, & ſincope, & come ogni latte quagliato, & congelato, ſubito mangiato ſi putrefà, & ſe dopò paſto ſi prende, fà diſcendere à baſſo tutto il rimanente del cibo indigeſto, & crudo; ſi digeriſce con difficoltà, & biſogna hauere gagliardo ſtomaco; genera vn nutrimẽto groſſo, che fà venire la pietra, fa venire la lienteria, & è cibo da vſarſi ne i tempi molto caldi, & è più conforme a i gioueni, & a i colerici, che a i vecchi.

Pietra.

Rimedi. Si mangi di rado, con zuccaro, per primo paſto.

RICOTTA.

Ventriculo, neruisq; recẽs inimica Recocta eſt,
Conciliat ſomnos, ſedat, & eſa ſitim.

Ricotta.

Nomi. Lat. *Recocta*. Ital. *Ricotta*.

Qualità. E fredda, et ſecca nel pri-

mo

mo grado.

Scielta. La buona è quella fatta di ottimo latte, & fresca.

Giouamenti. Gioua a gli huomini di calda complessione, conferisce a chi ha il flusso di humori colerici, smorza la sete, & l'ardor della collera, & prouoca.

Nocumenti. Nuoce allo stomacho, massime freddo, & indebolisce i nerui; & la salata è peggior della fresca perche dà cattiuissimo nutrimento, fa venir sete, restringe il ventre, genera ventosità, accresce la renella, & la pietra nelle reni, et ne i vasi orinarij; difficilmente si digerisce.

Ricotta

Renelle.

Rimedi. E manco nociua mangiãdola molto fresca, et calda in vltima mensa, con molto zuccaro, et in poca quantita; son buone per i gioueni, et i colerici, et per quei, che faticano assai, et se ne può mangiare d'ogni tempo; se ne caua il butiro, come si è

detto

detto nel capitolo del Butiro, la fiorita è megliore assai, *Fiorita*

AVERTIMENTI NE GLI VCCELLI.

LE differenze della natura degli vccelli si discernono dal tempo, dall'età, dal vitto, dal luoco, et dall'aria, et dall'esser castrati. Bisogna dunque considerare il *Differẽze*

Tempo. Perche nel tempo, che vãno in amore, tanto i domestici, quanto i saluatichi, sono poco atti a i cibi, percioche si estenuano per la fatica, et per la sollecitudine non mangiano, ilche manifesto appare ne i domestichi, che le galline l'inuerno, che vanno in amore si ingrassano assai, si fan tenere; altri vccelli poi sono megliori la state, nel qual tempo mangiano le biade; altri l'autunno, perche mangiano vue; fichi, pomi, bacche, et altre cose simili; alrri *tempo.*

hanno

hanno più grato l'inuerno, come le merle, i tordi, l'oche siluestre, le grue, e tutti li vccelli acquatici.

Vitto. *Vitto*. Perche altri si nutriscono di carne, come sono l'aquile, i nibij, gli auoltori, & altri ch'hanno l'vgne adunche, che non sono riceuute ne' cibi; altri mangiano i vermicelli: & molti viuono di biade, come palumbi, i piccioni, le tortore, & altri simili; & insomma altri si nutriscono in terra, altri ne i fiumi, altri ne' laghi, & altri nel mare, e non pochi se ne ritrouano che si pascono d'herbe; & è da sapere, che oltre a ciò le carni de gli vccelli seluaggi, sempre hanno il sapore di quelle cose, delle quali si pasconno, come di formiche, di vermi, di pesci, di loto, & di fango.

Luoco. *Luoco*. Sempre gli vccelli mõtani si preferiscono a i campestri, & a quelli delli stagni, paludi, ò laghi, che per la varietà de i luoghi, si variano

ancora

ancora le carni nell'esser secche, & vuote d'escrementi, facili à digerire: oltre à ciò più soaue, & più vtile si fà l'animal castrandolo, come apparisce ne i capponi.

Età. Perche la carne degl'vccelli gioueni, sempre è migliori di quella de' vecchi, la quale è dura, secca, fibrosa, difficile à digerire, & pochissimo nutrimento. Mà veniamo hora alle carni d'vccelli particolari, che vengono in vso de' cibi.

Età.

A N I T R A.

Tota tibi apponatur Anas, sed pectore tantum,
Et ceruice sapit, cætera redde coquo.

Nomi. Lat. *Anas.* Ital. *Anitra.*

Anitra.

Qualità. E calda, & humida nel secondo grado.

Scielta. La buona è la giouene, grassa, & frolla, & la saluatica.

Giouamenti. L'anitra è più calda

di tutti gli vccelli domestici, le sue alle, & il fegato sono molto lodati, perche danno presto, & buono nutrimento; quando è grassa, ingrassa, & molto nutrisce lo sperma, accende la libidine, & caccia la ventosità, dà fortezza al corpo. Il fegato dell'anitra è delicatissimo, è molto sano, e sana i flussi hepatici. E molto lodato il petto dell'anitra, e la ceruice ancora.

Nocumenti. E di dura digestione, & di grosso nutrimēto. A quei che sono di calda complessione accende la febre, & gl'infiamma, oltre che questa carne è difficile à digerire, è di cattiuo, & escrementitio nutrimēto.

Rimedi. Sono manco nociue le saluatiche, & le giouani, & che morte due giorni prima si frollino al sereno, poi si mangino arrostite piene d'herbe odorifere, & specie. Le vecchie sono pessime, massime quelle che

Cottura.

stanno

ſtanno nelle città, che ſi nutriſcono di fango, & di ſporcitie. Le megliori ſono quelle che ſtanno all'aere libero, all'acque correnti, che ſono più grate al palato, di megliore nutrimẽto, le inſalate, & vecchie ſi laſcino à Giudei, che le mãgiano di continuo, onde non è merauiglia ſe diuentano per il più malenconici, & hanno cattiuo colore, nero, & plumbeo. Si conuengono l'anitre ne i tempi freddi, à quei ch'hanno lo ſtomaco molto caldo, e che fanno molto eſſercitio.

Giudei.

BECCAFICHO.

Et capiti & ſtomacho, & vẽtri Ficedula pingui
Vtilis, ac febri noxia ſemper erit.
Si ſapit, & calida areſcit Ficedula, quæris
Cur piper? vt melius ſi bibis inde coquas.

Nomi. Lat. *Ficedula.* Ital. *Beccaficho, p che mangia i fichi, del qual diſſe il Poeta.*

Beccaficho.

Cum me ficus alat, cum paſcar dulcibus vuis,
Cur potius nomen non dedit vua mihi?

Questo nome l'hanno solamente l'autunno, mentre mangiano fichi, & ne gl'altri tempi si chiamano Melancorifi, perche hanno negra la cima della testa, onde si legge quel verso,

Suq; Melancoriphus quod mihi fruscus apex.

Qualità. Sono i beccafichi caldi, & humidi nel primo grado.

Scielta. I megliori sono i grassi, nel tempo che si nutriscono di fichi, & dell'vua, ben maturi.

Giouamenti. Sono nelle tauole de i Signori molto stimati, perche sono al gusto delicati, si digeriscono facilmente, & nutriscono valorosamẽte. Danno ottimo nutrimento, non grauano lo stomaco, anzi lo confortano, lo ristorano, & lo fortificano, risuegliano l'appetito, massime à i conualescenti, sono cordiali, generano spiriti vitali, per questo fanno stare allegri quelli che li mangiano.

Conualescenti.

Nocumenti. Non sono buoni à i febrici-

Febricitãti.

bricitanti, & perche facilmente per la gentile ſoſtanza loro ſi conuertono in quelli humori putridi, che ritrouano nello ſtomaco.

Rimedi. Si cuoconoi beccafichi graſſi, cō fette ſottili di lardo, & frōdi di ſaluia, ouero ſi cuocano in bicchieri larghi sēza piedi, mettēdo prima vn ſtrato di fiore di lardo, meſcolato cō ſale, & fior di finocchio, & ſopra ponēdo i beccafichi bē netti, gittādoli ſopra della miſtura medeſima, & poi coperto di bicchiero cō carta bianca bagnata, ſi metta ſopra la cenere calda, & ſi cuocano; ouero ſi rinuoltino cō la medeſima miſtura nelle pāpine, & ſi cuocano ſotto la cenere.

Cottura.

CAPPONE.

Sit Puer aut falſo Cibeles pro nomine pœnas
Exigat, & poſito ſit tibi teſte Capus.
Sic bene pinguit eris, ſic iam dormire licebit,
Et pariet Raucæ fercula plura gulæ.

Cappone.

Nomi. Lat. *Cadus*. Ital. *Cappone*, & *Gallo castrato*.

Qualità. E il cappone temperato in tutte le qualità.

Scielta. Il megliore è il giouane, grasso, ben pasciuto, & alleuato alla campagna aperta.

Giouamenti. Dà megliore nutrimento, che tutti gl'altri cibi, nutrisce molto, accresce il coito, & si preferisce à tutte le altre carni, perche genera perfetto sangue, & agguaglia tutti li humori, fà buono ceruello, eccita l'appetito, si conuiene à tutte le complessioni, gioua alla vista, fortifica il calore naturale, mà non bisogna che sia troppo grasso.

Vista.

Nocumenti. Nuoce alle persone ociose il mangiarne molto, per la grã copia di sangue che genera, & per questo fà venire le podagre, alquale male sono i capponi medesimi sottoposti.

Podagre.

Rimedi. Bisogna mangiarne poco, & fare molto essercitio; è buono à tutti i tempi, à tutte le etadi, & à tutte le complessioni, & per questo da molti viene detto quapone.

COLOMBI.

Cellaris mihi sint conuiuia prima Columbæ.
Cum fugit hæc nidos ausa volare suos.
Tunc calidi humentisq; cibi est facilisq; culinæ
Obtusi nimirum prima cruoris erat.
Condiat hanc labrusca tamen dum sirius ardet,
Et repleant calidos acria poma vteros.

Nomi. Lat. *Colombi*. Ital. *Piccioni*.

Colombi Piccioni

Qualità. Sono i piccioni caldi, & humidi nel secondo grado, i saluatichi sono più caldi, & manco humidi.

Scielta. Quei che stanno in colombaia, & nelle torri sono i megliori di tutti, massime quando escono de' nidi, & cominciano à buscarsi da mangiare, & sono ben grassi.

Piccioni casalẽghi. Piccioni ditori. Vista.

Giouamenti. I piccioni cosi i casalenghi, come quei delle torri, danno buono nutrimento, generano buono sangue, conferiscono à i vecchi, & à i flemmatici, corroborano le gambe, sanano i paralitici, accrescono il calore à i debili, aiutano venere, purgano le reni, & facilmente si digeriscono. Vsandoli al tempo della peste saluano dalla contagione, pur che non si mangi altra carne. I seluaggi sono molto lodati nelle passioni delle gionture, & conferiscono alla vista, che è debole per mancamento de spiriti visiui, & giouano al tremore di tutto il corpo, & accrescono le forze.

Nocumenti. Offendono le cõplessioni calde, acendono il sangue, onde non si conuengono à febricitanti. Grauano la testa, & specialmente le teste loro, & infiammano il sangue, & molto maggiormente ciò fanno i seluag-

seluaggi, iquali son di difficile digestione, come sono anche i casalenghi, i quali generano la schirantia, & fanno venire la febre.

Piccioni casalẽghi.

Rimedi. Leuandosi loro la testa sono manco nociui, & parimente cuocendosi in brodo grasso, stuffati con agresta, prugne, guisciole, ò con aceto, & coriandoli. Sono buoni l'inuerno per i vecchi, & per i flemmatici.

FAGIANO.

Phasida iam vehat Argos auem, quassata retardat;
Debuerat primo discubuisse thoro.
Illa leuis stomacho est, suaues imitata tepores,
Non volet in mensas rustica turba tuas.
Vix sicca est, Volucrũ primi huic d̄bẽt honores
Nec male, cum fuerit Regius ante puer.

Nomi. Lat. *Phasianus*. Ital. *Fagiano, & fasano, perche fasano; chiamasi cosi da Phase fiume di Colchi, perche iui è gran moltitudine di questi vccelli.*

Fagiano.

Qualità. E la carne del fagiano tẽ-

perata in tutte le qualità, & è meza-na tra quella della perdice, & del cappone.

Scielta. I megliori fagiani sono i giouenì grassi, & presi in caccia.

Giouamenti. La sua carne è temperata, alla natura humana conuenientissima, & è cibo da Principi, & gran Signori, conforta, & corrobora lo stomaco, è di gran nutrimento, ingrassa, & i macilenti, & estenuati con questo cibo, subito si rifanno, & così gli ethici, & tisici, & conualescenti, accresce, & vigora tutte le virtù, & da questo cibo non si genera souerchia humidità; la carne del fagiano in somma è miglior di quella de' polli, perche è più secca per l'aria, per il nutrimento, & per l'essercitio maggiore che fà.

Nocumenti. Il souerchio vso dei fagiani, fà venire le podagre; mà perche i fagiani nō danno solido nutri-

Podagre.

mento.

mento, mà generano ſangue ſottile, per queſto non è cibo conueniente à contadini, nè à quelli, che s'affaticano aſſai, che à queſti ſi conuengono cibi groſſi, & viſcoſi.

Rimedi. Biſogna mangiarne moderatamente, e farne parte a' Medici; è buono il fagiano l'autunno, & l'inuerno per tutte l'etadi, & compleſſioni delicate.

GALLINE.

Eſt Gallina cibus nulli bonitate ſecunda,
Si Veſpertinus ſubito te oppreſſerit hoſpes,
Hec gallina mallum, reſpondet dura palato,
Doctus eris viuam muſto merſare falerno.
Hac teneram faciet.

Nomi. Latin. *Gallina*. Ital. *Gallina*. *Gallina.*

Qualità. La carne della gallina è temperata in tutte le qualità.

Scelta. La negra è la meglior cõ la creſta eleuata, & doppia, co'l pizzo roſſo, & ſia graſſa, et giouene, et che nõ *Gallina negra.*

habbia

habbia ancora fatto oua, & le saluatiche son le megliori.

Galline saluatiche.

Giouamenti. Dà al corpo humano gran nutrimento, facilmente si digerisce; quando è frolla genera buono sangue, & essendo carne temperata, non si conuerte in collera, ne in flemma, ma genera buon sangue, & restaura l'appetito, accresce l'intelletto, chiarifica la voce, & hà mirabil proprietà nel temperar le complessioni humane, & il medesimo fanno li pollastri, che non habbino cominciato a cantare, ne a montar le galline, che i lor testicoli son di nutrimento grandissimo, & quando son grossi facilmente si digeriscono, & si cōuēgono in ogni tempo, e in ogni età, massime la state i pollastri cotti con l'agresta.

Nocumenti. Le galline vecchie difficilmente si digeriscono.

Rimedi. Bisogna frollarle, ilche si fà pre-

presto affocandole viue co'l vino, facendo bollir con loro vn rametto di fico, ò vna noce dentro.

GALLO.

Est vigil excubitor Gallus, Timuere leones.
Quē Lybici, huic sicca est, & male grata caro
Maxima testiculis positis tibi gloria Galle,
Somno, aluo, Veneri gratus est, & Cybeli.

Gallo.

Nomi. Lat. *Gallus.* Ital. *Gallo.*

Qualità. La carne del gallo è più calda di quella delle galline, & più secca, & è nitrosa.

Scielta. Per medicina s'eleggano i galli vecchi.

Giouamenti. Sono vtili più per medicina, che per cibo, perciochè il lor brodo beuuto dissolue le ventosità, & gioua a quei che patiscono dolori colici, muoue il corpo, prouoca venere, & il sonno.

Nocumenti. Hà carne dura, & difficile a concuocersi.

Rimedi. Bisogna frollarli bene.

GAL-

GALLO D'INDIA.

Galli Africani impinguũt, giguntq; podagras;
Illorum tamen est optima mensa caro.

Gallo d'India.

Nomi. Lat. *Gallus. Africanus.* Ital. *Gallo d'India, se ben furono portati in Italia non dall'India, mà dall'Africa, per cibo de' Prencipi.*

Qualità. È caldo, & humido nel secondo grado.

Scielta. I megliori galli d'India sono i gioueni, & quelli che sono ingrassati alla cãpagna, morti d'inuerno, & fatti frolli all'æria della notte.

Giouamenti. Di sapore, & di bontà, & di nutrimento non cedono i polli d'India a' polli nostrani, anzi la loro carne è ottima, & candidissima, & supera tutte l'altre nell'esser grata al gusto, & nell'esser sana, percioche è più facile à digerirsi, di migliore nutrimento, & di minore superfluità, & gene-

genera ottimo ſangue, purche ſia bẽ frolla, et ben cotta arroſtita, cotta in forno, ò bene cotta à leſſo, riſtaura i deboli, et i conualeſcenti, accreſce lo ſperma, et inuita al coito.

Nocumenti. Nuoce à chi nõ ſi eſſercita, et fà venire catarri, et podagre. *Podagre.*

Rimedi. Biſogna mangiarne di rado, et in poca quantità, et arroſtito con ſpecie.

LODOLA.

Ignea ſi Galeata mihi eſt præpinquis Aluada,
Sit breuior, ne ſit cœna moleſta mihi:
Durior aluus erit ſed ius dabit illa ſoluens,
Cit male quod nocuit ſponte iuuare ſolet.

Nomi. Lat. *Aluada, & Galerita.* Ital. *La maggiore ſi chiama Calandra, che hà il capello in teſta, & la minore Lodola, ſenza creſta, & picciola.* *Calãdra. Lodola.*

Qualità. Sono calde, et temperatamente humide.

Scielta. Le migliori ſono le minori, maſſi-

massime quando son grasse.

Giouamenti. Le lodole, che l'autunno se ne trouano in gran copia, & parimente l'inuerno, che sono grasse, danno buon nutrimẽto, eccitano arrostite l'appetito, facilmente si digeriscono, massime arrostite con saluia, & lardo, ò lesse con diuersi condimẽti, mà bisogna che siano ben cotte, grasse, & gioueni, son buone l'autunno, & l'inuerno a tutte le complessioni, & la galerita lessa in brodo, gioua alli dolori colici, & al medesimo vale la sua cenere.

Galerita.

Nocumenti. E questo vccello senza nocumento alcuno, eccetto che i vecchi difficilmente si digeriscono.

Rimedi. Questi vccelli vecchi bisogna mangiarli ben conditi, & siano freschi. Pelati si conseruano nella farina.

MER-

MERLI.

Si mihi pinguis erit Merulus, tua gloria cedat
Turde, salutiferos vult mea mensa cibos.
Igneus ardor inest maior tibi, sistitis ambo,
Tu grauior redolens ni tibi bacca fauet.
Si tamen aucupijs, laqueo vel rete latenti,
Falletis, inde mihi non minus ipse places.

Nomi. Latin. *Merulus, & Merula.* Ital. *Merlo, & Merla.*

Qualità. Sono i merli, & le merle calde, & secchi nel principio del secondo grado, come i tordi. *Merli.*

Scielta. Li migliori sono i grassi, & presi ne i tempi molto freddi.

Giouamenti. Tanto i bianchi, come i negri, nutriscono assai, quando son gioueni, & grassi, molti stimano che la lor carne sia migliore di quella de i tordi, mà s'ingannano manifestamente, percioche quella de i tordi è più soaue, anzi non mancano di qlli, che hanno in odio i merli, perche si *Tordi.*

nutri-

nutriscono di vermi, et di locuste.

Nocumenti. Sono difficili à digerire, et la loro carne è dura à digerire, massime quando sono vecchi, & nuocono à i vecchi, & à quelli che patiscono emicranea, & frenesia.

Rimedi. Sono mãco nociui cuocẽdosi in brodo di buona carne, stufati cõ petrosemolo, & altre herbe aperitiue

---

OCHA.

Anser. Anasq; tibi sit plena domestica succo,
Si validi es stomachi, rustica dura nimis.
Anseribus magis ardet Anas, præstantior alis,
Est cibus, hæ prosunt vocibus, & veneri.

Ocha. Paueri.

Nomi. Lat. *Anser.* Ita. *Ocha, & Paiero.*

Qualità. E calda nel primo grado, & humida nel secondo; i paueri sono più caldi, & humidi.

Sceltà. I paueri sono li migliori, mà grassi, alleuati alla campagna & vicino all'acque, le megliore parti sono il fegato, & l'ale.

Gio-

Giouamenti. La carne dell'oche giouani dà buono nutrimento, & ingrassa quei che sono magri, & macilenti. Pasciute l'oche di latte, fanno il fegato molto giocondo, che nutrisce assai, si digerisce bene, & è di ottimo nutrimento; la palma de' piedi dell'oche, arrostita, & cotta in tegame con creste di gallo, sono al gusto gratissime; la carne dell'oche, accresce lo sperma, accende la libidine, & fà la voce più acuta, & più chiara, sono l'oche vtili per molti rispetti, cioè per la piuma, per la carne, & per lo sterco, & per il grasso.

Nocumēti. E la carne dell'ocha difficile à digerire, hà molte superfluità, è più calda che quella de i colombi, & per questo non si conuiene à febricitanti, massime quella dell'oche vecchie, che de i paueri è manco nociua: gli Hebrei ne mangiano assai, & però sono malenconici, & scoloriti. *Hebrei.*

Rimedi. Si leua il nocumento delle vecchie, lessandole bene, & i giouenì arrostendoli con herbe odorate, & specie; l'oche saluatiche sono megliori delle domestiche, si conuengono l'inuerno, à quei ch'hanno lo stomaco molto gagliardo, & che fanno molto esercitio, onde à vecchi nõ sono molto conuenienti, massime la state.

O V A.

Ouũ alis, & recreat, coitũq; & semẽ andauget,
Semper nata modo, si sapit, oua bibe.
Humida sunt celerisq; cibi, flammæq; tepentis,
At durata, time, nec diuturna vores.
Mollia pectus alunt, tussim sedantia, raucis
Vocibus apta nimis, gaudia noctis agunt.
Hæc stomachum mulcent, renes, iecur optima ventri,
Vessicam mira sedulitate fouent.
Sunt bona, sed facile, & subito tamẽ oua putrescunt,
Sic nihil ex omni parte iuuare potest.

Nomi.

Oua.

Nomi. Lat. *Oua*. Ital. *Oua*.

Qualità. Son calde, & humide temperatamente, perche il bianco è freddo, & il rosso è caldo, & tutti due hanno dell'humido.

Scielta. Quelle delle galline grasse, pasciute di grano, & che son calcate da' galli, & nate fresche sono le megliori, & dopò quelle de fagiani, mà quelle dell'oche, & dell'anatre sono cattiue, perche hanno graue odore, & difficilmente si digeriscono, & per questo si eleggano di galline giouenì, & siano piccole, & lunghe, & fresche, piccole, perche vengono da animale giouene, & grasso, lunghe, perche dimostrano la fortezza del calore, & per questo, à questo proposito si dice questo distico,

Oua buone.

Regula Doctorum debet pro lege teneri,
Quod bona sint oua, paruula, longa, noua.

Giouamenti. Nutriscono molto, & presto prouocano il sonno, onde

son molto conuenienti à i vecchi, & à i conualescenti, eccitano il coito, accrescono lo sperma, giouano a tisici, allargano il petto, rischiarano la voce, massime le sorbili, & le tremule, beuute con vn granello di sale, quelle che si chiamano sperdute, sono megliori mangiate con sale, & cō specie, & agresto, perche bollite co'l guscio loro, si prohibisce la esalatione de' lor vapori, le dure difficilmente si digeriscono, ma di tutte le fritte son più difficili.

Nocument. Tardano la digestione, se appresso loro si mangiano subito altri cibi, si conuertono facilmente in quelli humori, che ritrouano nello stomaco, le dure son difficili à digerire, & fanno venir le lentigini nella faccia.

Rimedi. Si mangiano le fresche, & si mãgi solamẽte il rosso, & tra l'oua, & altri cibi si ponga qualche interuallo

uallo di tempo, & non mangino mai co'l pesce.

PASSERI.

Ardet, & est mollis Passer durissimus aluo,
Si vis esse salax, hic cerebella dabit.
Cur neget? huic subitam sunt adducētia mortē
I, Venus hinc, solas ut modo perdis aues.

Passero.

Nomi. Lat. *Passer.* Ital. *Passero.*

Qualità. E più caldo di tutti gl'altri vccelli, & è la sua carne secca, & però essendo calidissimo, è tanto lussurioso, et per questo non finiscono l'anno i passeri.

Scielta. Si elegganoi passerotti nati nelle torti, ò ne i monti, nel tempo dell'autunno, che si pascono di vue, & grani, et sono più grassi, et acquistano buon succo, nè sono tanto lussuriosi; il passer solitario è migliore.

Passero trocloditide.

Giouamenti. I passerotti danno buon nutrimēto, & aiutano il coito, il passero trocloditide hà mirabil virtù cōtra

tra le pietre delle reni, & della vessica

Nocumenti. Sono i passeri ingrati al gusto per la troppo siccità loro, difficilmente si digeriscono, infiammano, & generano cattiuo nutrimento, cioè colerico, & malenconico, & eccitano la libidine.

Rimedi. Bisogna mangiarne in poca quantità, & le femine, & i passerotti, & l'autunno, che sono nutriti d'vua, & di grani.

PAVONE.

Cui bene seruatæ nocuit custodia vaccæ,
Ignea cui flamma est, cui caro lenta putret,
Qui licet oblectet, sitq; in regalibus ingens
Delitium, pigræ, nec leuis ille dapis.
Si tamen ante alios, Pauonem, hortensius edit,
Sic auis emeruit, dira salaxq; Venus.

Pauone. *Nomi.* Lat. *Pauo.* Ital. *Pauone.*

Qualità. E caldo nel secondo grado, & secco nel primo.

Scielta. Il megliore è quello, che è alle-

alleuato in buon'aria, & sia giouene, & frollo.

Giouamenti. Nutrisce assai, massime quei ch'hanno lo stomaco caldo, & che si essercitano.

Nocumenti. Sono di dura, & tarda digestione, generano sangue malenconico, & dãno cattiuo nutrimento, nuocendo à chi viue in cõtinuo otio. Sono questi animali dannosi à gli horti, & à i tetti.

Pauoni dannosi.

Rimedi. Si mangiano i gioueni, & che siano ben frolli, & che siano stati per alquanti giorni appesi per il collo, con vn gran peso à i piedi l'inuerno al sereno, arrostiti con garofani, & altre cose simili.

PERDICE.

Obfuit ingenium Perdici, effrena libido.
Pernicet, Aucupium ni modo fallat auis.
Grata tepescenti stomachum siccata liquore,
Cor tumidumq́; potest prima fouere iecur.

Si timet excelsos cum sit leuis illa, volatus,
Palladia casus seruat ab arce suos.

Perdice.

Nomi. Lat. *Perdix* Ital. *Perdice,* & *Starna montana, che hà il becco rosso.*

Qualità. E calda nel primo grado, & secca nel secondo.

Scielta. Il megliore è il giouene, & maschio, chiamato Pernicone.

Giouamenti. Genera buono, et sottil nutrimento, presto si digerisce, ingrassa, dissecca la humidità dello stomaco, et conferisce à conualescenti; è ottima; et lodata più della gallina; accresce il coito, et non lascia far corruttione nello stomaco; conferisce mirabilmente à quei ch'hanno il mal Francese, il fegato gioua al mal caduco, mangiato vn'anno continuo, hauendo però la licentia da chi si conuiene.

Mal Francese.

Nocumēti. Le vecchie sono di durissima carne, et di cattiuo sapore; nuocono à i malēcōici, et restrigon il corpo

Rimedi.

Rimedi. Non ſi mangino ſe nõ giouinette, et le vecchie ſi frollino l'inuerno al ſereno della notte.

STARNA

Extern a eſt volucris quæ vulgo Starna vocatur
Cit Venerem, huic cædit Gallica dira lues.

Starna.

Nomi. Lat. *Externa*. Ital. *Starna*.

Qualità. È la ſua carne temperata.

Scielta. Le migliori ſon le giouani, le frolle al ſereno.

Giouamenti. È la ſua carne ſimile à quella della pernice, di buon nutrimento, & dicono che guariſce il mal Franceſce, ſeguitando per vn'anno mangiar'ogni dì vna ſtarna, et non altro, hauendone però debita licenza da chi ſi conuiene.

Mal Franceſe.

Nocumenti. Le vecchie ſon difficili a digerire, et generano cattiuo, e malenconico humore.

Rimedi. Si mangino le giouani, et le frolle, et ben condite.

QVA-

QVAGLIA.

Sint autumnales croceo tibi pabula lumbo,
Siue Coturnices, siue vocas Qualeas.
Sẽsibus hæc mala sũt, tenebrisq; replẽtia fuscis
Ventri inuisa, malis febribus exitium.
Si tamen vlla tuos circumuolitauerit orbes,
Cęna tibi non sit, sed leue prandiolum.

Quaglia. Nomi. Lat. *Coturnix*. Ital. *Quaglia*.

Qualità. E calda nel primo, & humida nel secondo grado.

Scielta. Si eleggano quelle, che sian nudrite in luoghi doue non sia l'elleboro, che sia presa da vccelli di rapina, e che sia grassa, & ben frolla.

Giouamenti. Gioua à malenconici, che con la loro humidità temperano la siccità di quello humore, son di gran nutrimento, & grate al gusto.

Nocumenti. Si corrompono facilmente, & preparano i corpi alle febri, & generano tremore, & spasmo, & mal caduco, secondo alcuni, per-

Mal caduco.

che

che questo vccello patisce di questo male, quantunque molti dicano, che questo non s'intende delle quaglie, mà d'vn'altro vccello maggiore: in somma non bisogna vsarle troppo spesso, perche generano escrementi vitiosi, & prontissimi à putrefarsi, & quelle grasse rilassano lo stomaco, & fanno perdere l'appetito; se adunque alcuno vorrà mangiarne, elegga le quaglie gioueni, & ben carnose, mà non troppo grasse.

Rimedi. Con l'aceto, & co'l coriandro se gli leua la malignità loro. Bisogna mangiarne di rado, & l'autonno, quando hanno il gozzo pieno di grano, oueramente si nutriscono in casa; non si conuengono a' vecchi, nè a flemmatici; l'autunno son manco nociue, come s'è detto, che in altra stagion dell'anno, & si deuono arrostir con diligenza, ne si deuono condir con lardo, ma con altro

grasso,

grasso, come di vitella, ò simile, la state non si mangino, che all'hora son molto estenuate, e nutriscono i lor figliuoli, et per questo accendono facilmente le febri, et fanno ricadere i conualescenti.

Conualescenti.

STORNO.

Sturne peregrinas mendices aridus vuas,
Socratici cœna nolumus esse tua.

Storno.

Nomi. Lat. *Sturnus.* Ital. *Storno.*

Qualità. E caldo, & secco, mà quando è grasso è humido.

Scielta. Si elegganо i giouени, et i grassi al tempo dell'vua.

Giouamenti. Giouano gli storni, quando sono ben grassi dall'vua, à coloro che sono estenuati, et secchi, che nutriscono assai.

Nocumenti. Quando son magri difficilmente si digeriscono, et generano humori malenconici fuor dell'autunno; sono cattiuo cibo, perche si

pasco-

pascono di cicuta, ch'è a noi pernicioso veleno.

Cicuta.

Rimedi. Non si mangino se non al tempo dell'vua, laquale è dalli storni marauigliosamente bramata, e subito presi si tagli loro la testa.

TORDO.

Inter aues Turdus si quis me iudice certet:
Inter quadrupedes gloria prima Sues.

Tordi.

Nomi. Lat. *Turdus.* Ital. *Tordo.*

Qualità. Sono caldi, et secchi nel principio del secondo grado.

Scielta. Si elegghino quelli al tempo dell'inuerno, che siano grassi, et pasciuti di grani di ginepro, e di mortella; la lor carne è di buon sapore, et al gusto gratissima, massime arrosti grassi subito, che son sẽza cauar loro gli intestini, vn cibo laudatissimo.

Giouamenti. Danno, se bene non molto, almeno buon nutrimento, che facilmente si digeriscono, et non sono

ventosi, massime i mõtani; sono molto conuenienti a i deboli, & a i conualescenti, percioche fanno buon sangue, & presto si digeriscono, massime quelli grassi.

Nocumenti. I vecchi, & i magri difficilmente si digeriscono, generano humori malenconici, massime quei che han la carne nera, & nuocono à coloro che patiscono emicrania, & frenesia.

Emicrania.

Rimedi. Si mangino i grassi, giouani, & freschi, arrostiti con saluia, & lardo, oueramente si cuocano nel brodo di buona carne, stufati con petrosello, vua passa, & altre herbe aperitiue; son buoni ne' tempi freddi, in ogni età, & complessione, eccetto à i molto vecchi. Si fuggano i vecchi, & macilenti, & i negri.

TOR-

TORTORE.

Nos rapit in Venere Turt̃, licet ipsa Mineruæ
Casta dicata, fugit vidua hæc consortia cũcta,
Perpetuo gemit arentiq; immurmurat vlmo
Nõ mandenda recens, sistit, uentremq; fluẽtẽ
Comprimit, adstringit dissentericisq; medetur.
Postremus meliorq; cibus stomachoq; salubris.

Nomi. Lat. *Turtur.* Ital. *Tortore.*

Qualità. Sono calde, & secche nel secondo grado.

Scielta. Le megliori son le giouani, & pasciute alquanti giorni in casa, accioche acquistino vn poco di humidità.

Giouamenti. Danno ottimo nutrimento, son di buon sapore, presto si digeriscono, fortificano lo stomaco, accrescono il coito , assottigliano l'ingegno; si danno vtilmente arrostite con garofani, & succo di aranci, nei flussi, & nella dissenteria.

Nocumenti. Le tortore vecchie nuo-

cono

cono a i colerici, & a i malenconici, perche la lor carne hà in se molta siccità, onde son di difficile digestione, & generano sangue malenconico.

Rimedi. Si mangino le gioueni, & grasse, tenute in casa a cibare per alquanti giorni di cibi humidi, & si tẽgano due giorni morte al sereno della notte; son buone ne i tempi freddi, per i vecchi, & per i flemmatici.

VCCELLETTI MONTANI.

GLi altri vccelli minuti di monti son megliori di quei, che stanno in luoghi piani, in stagni, paludi, & luochi acquosi, & campestri, percioche quei che stanno ne i monti sono più caldi, & più secchi, & di mãco superfluità: onde generano sangue sottile, facilmente si digeriscono, & se saranno grassi, daranno laudabil nutrimento, & molto vtile a i cõualescenti, & à certi infermi, &

al-

all'incontro, quelli vccelletti, che viuono nell'acque difficilmente si digeriscono, danno grosso nutrimento, percioche hanno la carne piena di molta superfluità. Et questo basti per hora hauer detto degli vccelli; resta hora, che veniamo à i pesci.

AVERTIMENTI NE I PESCI.

I Pesci rispetto alle carni sono di minor nutrimento, mà grosso, flematico, freddo, & pieno di superfluità, i marini sono di maggior nutrimento, che gli altri, & i sassatili sono megliori, sono difficili à digerire, & i segni della indigestion loro, sono la sete, essendo che tutti generano sete, dimorando lungamente nello stomaco, alcuna volta si corrompono. Circa i pesci adunque si seruino queste regole.

I. Tutti i pesci s'hanno da mangiar

caldi, & non freddi.

II. Non biſogna riempirſi troppo di alcuna ſorte di peſci, mà ſe ne deue mangiare minor quantità, che non ſi fà delle carni.

III Non è da vſare molto, nè ſpeſſo i peſci, & quando ſi vſano ſi mangiano conditi con aniſo, finocchio, & ſpetie, per diſſeccare in qualche modo l'humidità loro.

IIII. Non ſi mangino i peſci dopò grande eſſercitio, ò fatica, perche all'hora ſi corrompono facilmente, nè biſogna mangiarli dopò gli altri cibi, chi hà lo ſtomaco debole, ò ripieno di mali humori, neſſuna ſorte de peſci vſi, e per queſto ſi deuono dare à i conualeſcenti, & vecchi, perche più toſto ſminuiſcano il calor loro, che l'accreſcano.

V. I peſci, & la carne alla medeſima menſa ſi prohibiſcono, coſi i peſci, & il latte, ò latticinij, pche cau-

ſano

ſano molte cattiue infirmità, nè men ſi conuengono con l'oua.

V I. I peſci groſſi, & viſcoſi inſalati alquanto, ſono megliori de i freſchi, & manco nociui, mà non ſiano troppo ſalati, perciochе il ſale è molto moleſto al ceruello. I peſci freſchi generano flemma acquoſa, mollificano i nerui, e non ſi conuengono ſe non à ſtomaco caldo. I maritimi, ò vn poco ſalati non ſono tanto humidi, & per queſto ſono megliori. I ſalati, & ſecchi ſono di cattiuo nutrimento.

V I I. E ancora d'auertire, che quanto l'acqua in cui giacciano i peſci è più morbida, e più profonda, tãto più preſtanti ſono i peſci in eſſa nutriti.

V I I I. I peſci maritimi, ſono megliori di quei dell'acque dolci, perche ſono più caldi, & per la ſalſedine dell'acqua, manco humidi. Il

nutrimẽto loro è più propinquo delle carni.

IX. Frà i pesci maritimi, & fluuiatili, sono più laudabili quelli, che stanno in luoghi petrosi, da poi ne gli arenosi, & nell'acque dolci, & chiare, & correnti, doue non siano sporcitie; mà sono cattiui quei pesci che viuono nel fango, nelli stagni, & nell'acque ferme.

X. Tutti i pesci tanto marini, quanto fluuiatili, li megliori son quelli, che nõ sono molto grandi, & che non hanno carne dura, nè secca, & ne i quali non è grassezza, non mucillagine, nè sapore, ò odore cattiuo, non viscosi, mà fragibili non presti à corrompersi, mà che si mantengano assai, & che non habitino in stagni, ò in luoghi sordidi, & che habbino molte squame, & molte spine.

XI. Sono i pesci freddi, & humidi, & per questo nuocono alle fredde com-

complessioni, & à i nerui, quātunque moltiplichino il late, & lo sperma, & siano à collerici conuenientissimi.

XII. La megliore cottura, & preparatione de' pesci, è arrostirli sopra i carboni, ò sopra la graticola; il lessarli è il secondo modo: il friggerli, e il più cattiuo modo, massime per quelli ch'hanno lo stomaco debole. Gli arrostiti adunq; sono megliori de' lessi, & i lessi megliori de' frutti; mà è da auertire, che i pesci arrostiti, non si deuono coprire, acciochè possino esalare i lor vapori.

ANGVILLA.

Phlegmaticis epulū minime est Anguilla salubre,
Huic lent oris enim copia, alitq; nimis:
Fit melior transfixa veru, moxq; ignibus assa,
Vt sit enim aridior, sic mage grata gulæ.

Nomi. Lat. *Anguilla*. Ital. *Anguilla*. *Anguilla.*

Qualità. E fredda nel primo grado, & humida nel secondo.

Scielta. S'eleggano quelle, che la primauera si prendono in mare arenoso, & non fangoso, & subito presa sia cotta. Quelle dell'acque chiare son le megliori, come quelle del lago di Bolsena, & altri laghi limpidi è chiari.

Giouamenti. E di delicatissimo sapore, dà buon nutrimento, & salata conseruasi lungamente, & diuiene ottima per gli stomachi flemmatici.

Nocumenti. Mangiandone troppo offende lo stomaco, difficilmente si digerisce, che la sua carne è viscosa, vsandone troppo spesso, & in troppa quantità genera la pietra nelle reni, & nella vessica, fà venir la podagra, & i dolori artetici, offende tutte le viscere, & principalmente nuoce alla testa, massime quelle che nascono nell'acque torbide; le salate nuocono a' malenconici, percioche accrescono quell'humore; & in somma chi

man-

mangia troppo anguille si mette à pericolo della vita.

Anguille pericolose.

Rimedi. Sono manco nociue quelle che scorticate fresche, & sventrate, gittata via la testa, & la coda s'arrostiscano con alloro, spesso aspergendoui sopra poluere di zuccaro, fior di farina, & canella. Le sottili si mangino fritte, con pepe, & succo di aranci, & s'auertisca, che siano molto ben cotte.

AGVCCHIA.

Carne Raphis solida, & dura est: ægreq; domatū
Coctura succi sed tamen vsque boni est.
Si fiet ergo semel stomachum virtute valentē,
Et calidum ventrem nacta potenter alet.

Nomi. Lat. *Acus*. Ital. *Agucchia*.

Agucchia.

Qualità. E difficile à digerire.

Scielta. Quei più grossi sono megliori.

Giouamenti. Sono di buono nutrimēto, massime mangiati fritti questi

 pesci.

pesci, che potentemente nutriscono.

Nocumenti. E la lor carne dura, & difficilmente si digerisce.

Rimedi. Si mãgiano fritti con agresta, ò succo d'aranci, oueramente si mangino salati, che così molti li mangiano crudi co'l pane.

CALAMARO.

Antiquis abiecta fuit Loligo, probatur
Sed nũc, hancq́; petunt sepe probatã q́; coqui.

Calamaro

Nomi. Lat. *Loglio*. Ital. *Calamaro*, *perche hà dentro del corpo vna vessica piena d'vn negro liquore, che pare inchiostro, ilquale quando hà paura esce fuori, come auiene à gli huomini timidi, che si muoue loro il corpo, & così intorbida l'acqua, & saluasi da i pescatori.*

Qualità. E freddo nel primo grado, & humido nel secondo.

Scielta. Il megliore è il picciollino, perche è più tenero, & più presto si digerisce, & che non sia preso in mari morti, & sia pregno.

Gio-

Giouamenti. E delicatiſſimo al guſto, accreſce l'appetito, & è di molto buon nutrimento.

Nocumenti. I grandi difficilmente ſi digeriſcono, & nuocono particolarmente à i paralitici.

Rimedi. Si cuoprono di farina, & ſi friggono, & aſperſi di ſucco d'arançi, ſi mangiano in ogni ſtagione, & in ogni età, pur che non ſiano grandi. Sono ancora manco nociui, & meglio ſi digeriſcono cotti in acqua, & vino al pari, aggiuntoui olio, pepe, ſale, & herbe odorifere, mà ſi cuocono co'l lor negro liquore, che ſenza eſſo ſon manco ſoaui.

CAPPONE.

Quantumuis mutos piſces Natura crearit,
Coccyx effictæ nomina vocis habet.
Eſt autem duræ carnis, ſiccaq; nihilq;
Lenti in ea, aut modicum, nil quoq; fellis ineſt

At vero gladio partes dissectus in ambas.
Frigitur, & multo gratior esse solet
Vtq; minus cuculi desint, & in ea re, & vndis;
Viuunt, longe alios, terra frequenter alit.

Nomi. Lat. *Cuculus, & Coccyx.* Ital. Cappone.

Cappone.

Qualità. E freddo, et humido moderatamente.

Scielta. Il grosso è megliore.

Giouamenti. E pesce molto sano, et di gran nutrimento.

Nocumenti. Ha carne dura, et difficile a digerire.

Rimedi. Fritto, et mãgiato con succo d'aranci, ouero lesso nell'acqua è più grato.

CARPIONE.

Carpios, Salmonẽ, & Truttã bonitate videtur
Ingeniti succi, & carne referre sua.

Carpione.

Nomi. Lat. *Carpio.* Ital. *Carpione.*

Qualità. E caldo temperatamente, et humido nel principio del primo grado.

Scielta.

Scielta. I megliori ſono i freſchi.

Giouamenti. E nobiliſſimo tra tutti gl'altri peſci, et è tanta la gratia del ſuo ſapore, che à veruno altro peſce è ſecondo; hà carne tenera, dà ottimo nutrimento, & in qualunque modo ſi mangia, ò fritto, ò arroſtito, ò leſſo, ſempre è ſoauiſſimo; portaſi marinato per tutta Italia, et ſi conſerua con fronde di lauro, mirto, et cedro.

Cōditura.

Nocumenti. Non apporta danno, ò nocumento alcuno, ſe non che la ſua carne (come coſa gentile) preſto corrompeſi.

Rimedi. Gli ſi leuino ſubito le ſcaglie, et le budella, ſi faccia ſtare nel ſale p ſei hore poi ſi frigga nell'oglio poi ſi aſperghi ſopra aceto, nel quale ſian bolliti garofani, pepe, canella, et zaffarano; è buono in ogni tempo, ad ogni età, et ad ogni compleſſione.

CEFALO.

CEFALO.

Tam Cephælus stupido sensu est, ut si caput ab-
Ex omni corpus parte latere putet. (dat,
Cœno, & aquis viuit, cœni resipitq; saporem
Coctus iudicio nec valet ille meo:
O Cephale, ò, Capito, sic namq; vocabimus illũ,
Cui caput, & magnum, sed sine mente caput.

Cefalo.

Nomi. Lat. *Cephalus, & Capito.* Ital. *Cefalo.*

Bottarghe

Qualità. E freddo nel primo grado, et humido nel secondo; delle sue oua salate si fanno le bottarghe.

Scielta. Il megliore è quello, che è preso in mare non fangoso, mà arenoso, & sassoso, & che il lito guardi à Settentrione, & non sia grauido, nè grasso troppo, che questi sono insipidi.

Giouamenti. E delicato al gusto, dà buon nutrimento, & il suo brodo muoue il corpo.

Nocumenti. Quando è d'acqua fangosa

gosa nuoce allo stomaco, non si digerisce, & genera tristi humori, & molte superfluità.

Rimedi. I grossi si cuocano à lesso, ò si faccino arrosto con l'origano; i piccioli si friggano, & si mangino con succo d'aranci, l'autunno, & l'inuerno. *Cottura.*

DENTALE.

Si quando Piscem mandis Συνόδοντα ciaueto,
Nimirum lapides in capite ille gerit.
Nam mihi cum sola distent ætate Synagris,
Et Synodon fiet hic maior at ille minor.
Synagridos gemmis gemma Synodontidas ergo
Ante feres, aliqua sib onitate valent.

Nomi. Lat. *Synagris, & Dentices.* Ital. *Dentale.* *Dentale.*

Quali.à. E caldo nel primo grado, & secco nel secondo.

Scielta. Il megliore è il grasso, & preso in Schiauonia, & accōciato in gelatina, come fāno gli Schiauoni, che li por-

li portano cotti con l'aceto, sale, et molto zafferano, et tagliati in pezzi ne fan gelatina.

Giouamenti. Nutrisce grandemente, mà se è molto grasso, non nutrisce tanto, et meglio si digerisce, stringe il corpo, onde è conueniente nelle dissenterie.

Nocumenti. Tardi, et difficilmente si digerisce, aggraua lo stomaco debile, et però non si conuiene a vecchi, nè a flemmatici.

Rimedi. Si cuoca nell'acqua, con molto olio, et sale, ò vero arrostendolo, et bagnandolo spesso d'olio, et d'agresta, ouero facendone gelatina con aceto, et spetie, et zafferano è cibo delicatissimo per i gioueni, et per i colerici l'inuerno.

Gelatina.

FRAGOLINO.

Non crassam, non viscosam laxam atq; fluentẽ,
Et duram carnem non Erythrinus habet.

Carnibus auratæ accedit, laudabilem ſanguen
Procreat, an nondum ſunt ſatis iſta tibi.

Nomi. Lat. *Erythrinus.* Ital. *Rubeli, & Fragolini, perche ſono di colore roſſo, ſimile alle fraghe: peſce di mare.*

Fragolino

Qualità. E temperato nelle qualità attiue, mà è humido nel primo grado.

Scielta. Il megliore è il freſcho, fritto, maſſime l'inuerno.

Giouamenti. Queſto è nobiliſſimo peſce, genera buono nutrimento, & è molto ſalutifero à chi l'vſa, perche hà la carne tenera, & ſaporita, & facile à digerirſi, & di molto nutrimento.

Nocumenti. Mangiandoſi in ſouerchia quantità, nuoce à i vecchi, et à i flemmatici, eccita venere, putre fatto nel vino, et beuuto, fà venire à noia il vino, come l'anguilla ſoffocataui dentro, et beuuto poi il vino.

Vino come ſi rende noioſo.

Rimedi. E più ſano cotto fritto, et

con-

condito con ſucco di aranci, et pepe, ouero arroſtito, mangiato caldo con ſucco di agreſto: è buono ancor leſſo condito con herbe odorate, maſſime l'inuerno.

GRANCHIO.

Sat bene Cãcer alit, q curua fluẽta freq̃uẽtat,
Humectatq; etiam corpora noſtra ſatis.
Si partes igitur ſolidæ ſunt febre prehenſæ,
Cuius quam magno eſt, hic ſatis auxilio.
Vi quadam valat occulta, canis ictibus atris
Fert magnam quamuis ſit rabioſus opem.
Seu per ſe cinerem ſumas, ſeu pane ſuillo,
Et thure immixtis, intrepido ore voras.
Aethrion vrebat viuos, cineremq; parabat,
Antidotum vera cum ratione datum.
Arida vis illis, cum præſcriptiq; vigorem.
Acquirit, has quis opes neget eſſe Deum?

Granchio.

Nomi. Lat. *Cancer*. Ital. *Granchio*.

Qualità. E freddo nel ſecondo grado, et humido nel primo.

Scielta. I megliori ſono quelli che ſono

ſono appreſſo i fiumi, ò altre acque dolci, & che ſiano preſi di primauera ò d'autunno, à luna piena, e quei che ſono teneri.

Giouamenti. Gioua à tiſici, perche è di gran nutrimento, muoue l'orina, accreſce il coito, purga la renella, & conferiſce à quei, che ſono morſi da cani rabbioſi pigliando la ſua cenere, e ſi ſeccano i granchi nel forno, & ſi danno per quaranta giorni à chi è morſo da cano rabbioſo, mà biſogna cauterizare cō ferro il luogo offeſo, & fare pigliare poluere della roſa canina; con aqua, ò con latte ingraſſa, et per queſto gioua à i conſumati, et reſiſte alla colliquatione de i membri con la tenacità ſua, et ſana l'vlcere del polmone.

Nocumenti. La ſua carne è alquanto difficile à digerire, onde genera humore groſſo, et flemmatico à chi ne mangia in troppa quanti-

rà, & per questo è nociuo à i flemmatici.

Cottura. Rimedi. Si cuocano bene sù la brascia viua, & poi si mangiano con pepe, & con aceto forte; è buono nei tempi caldi per i gioueni, & per i colerici, & per quei che hanno lo stomaco molto caldo.

GAMMARI.

Astacus, & molli carne est, & deniq; suaui
Præditus, hincq; ideo perfacile excoquitur.
In capite ipsius si quis lapis inueniatur.
Discito quod Renum comminuat lapidem.

Gãmari. *Nomi.* Lat. *Astacus.* Ital. *Gammaro.*

Qualità. Sono i gammari come i granchi, freddi nel secondo grado, & humidi nel primo.

Scielta. Quelli de fiumi sono megliori di quelli marini.

Giouamenti. Giouano à gli ethici, & à i cõsunti, ingrassandoli, & cõ la lo-

loro tenace humidità resistono alla colliquatione de i membri solidi, & con la frigidità al calore strano inuecchiato ne i membri, sono di gran nutrimento, & il loro brodo gioua à gl'asmatici.

Nocumenti. Generano humori flẽmatici, & sono di difficile digestione.

Rimedi. Cuocendosi come i granchi sù la brascia viua, & poi mangiãdosi cõ pepe, & con aceto, & meglio si digeriscono; sono buoni per i sanguigni, & per i colerici ne i tempi caldi.

LACCIA.

Thrissa boni satis est succi, cum pinguit: ori,
Hæc stomacho ingratum, nec nociturũ epulũ.
Scilicet ut patrias sedes, pontumq; reliquit,
Dulcis innat aqua, nam satis illa placet.

Laccia.

Nomi. Latin. *Thrissa*. Ital. *Laccia*.

Qualità. E fredda nel primo grado, & humida nel secondo.

Scielta. La megliore è quella, che è presa in acque dolci, et non in mare, perche queste sono aride, secche, et dure mà come entrano ne i fiumi, subito diuentano grasissime, et al principio di Giugno tornano in mare à partorire. Quelle del Teuere prese di Maggio, ò di Aprile tengono il principato, et siano piene di oua.

Giouamenti. E delicata al gusto, et dà molto nutrimento al corpo, prouoca il sonno, et hà in capo vna pietra che conferisce alla quartana.

Quartana

Nocumenti. Nuoce quando è presa in mare, perche hà la carne dura, et secca, che difficilmente si digerisce, onde nuoce à coloro ch'hanno lo stomaco debole, perche genera flemma.

Rimedi. Se si cuoce nell'acqua con aceto, et sale, et si mangia con sapore acetoso è megliore; ouero fatta arrosto,

rosto, bagnata con aceto, et olio, co'l finocchio, saluia, o rosmarino; si conuiene a ogni età, et complessione, mā giata in poca quantità, di primauera, presa ne i fiumi, et piena d'oua.

LAMPREDA.

Lēpetra carne quidē est molli, lettoris habetq́;
Non nihil, at magni nunc tamen est precij.
Vere edito hāc, si quidē æstiuis insuauior extur.
Temporibus, nam durior efficitur.
Impulsas (mirum) puppes vento illa secundo.
Sistit, & inceptum sæpe moratur iter.

Nomi. Lat. *Lampetra.* Ital. *Lampreda, & chiamasi cosi, perche sempre stāno lambendo le pietre.* *Lāpreda.*

Qualità. E calda temperatamente, et humida nel primo grado.

Scielta. La megliore è quella, che è presa ne i fiumi la primauera, che all'hora è più grassa, et hà la spinal midolla più tenera.

Giouamenti. Dà ottimo nutrimēto,

accresce lo sperma, è delicatissima al gusto, & pretiosissima nelle mense.

Nocumenti. Si digerisce alquanto tardi, massime se non sia ben cotta, & ben condita, offende i podagrosi, & chi patisce difetti di nerui.

Rimedi. Si affoga dentro la maluasia, & gli si serra la bocca con noce moscata, & i buchi con garofani, & si cuoce in vn tegame con nocciole, pane, oglio, spetie, & maluasia; è buona d'ogni tempo, per ogni età, & complessione, eccetto che per i decrepiti, per quei che patiscono ne' nerui.

LVCCIO.

Lucius obscuris vitam qui degit in vndis
Peior eo in paris qui fere degit aquis.
Namq; mali succi est, qui stagna, lacusq; frequentat,
At qui pura subit sæpè fluenta valet.

Luccio. Nomi. Latin. *Lucius*. Ital. *Luccio*. *Qua-*

Qualità. E freddo, humido nel secondo grado.

Scielta. Il megliore, è quel di fiume, ouero di laghi non fangosi, & deue esser grande, fresco, & grasso.

Giouamenti. Dà il luccio molto nutrimento, le sue mascelle abbrusciate, & ridotte in poluere, & beuute con vino al peso di vna dramma, rompono la pietra. *Pietra.*

Nocumenti. E di dura digestione di cattiuo nutrimento, & aggraua lo stomaco, moltiplicando la flemma.

Rimedi. Cuocasi à lesso, insieme con herbe odorate, & con oglio, & poi mangiasi con sapore bianco, ouero si arrosta nella graticola con origano, & aceto; si conuiene l'inuerno à gioueni, & a' colerici; è pasto graue, mà quando è preso in fiume, è più digestibile, e molto manco nociuo.

LVMACA.

Cochlea, quæ salsus habitat communiter undas,
Ventriculo utilis est, & cito ventre meat.
Vtilis, & stomacho quæ terras incolit, at quæ
Flumina amat, virus nescio quod resipit.
Cumq; sient plures species varieq; vidende.
Plus alijs veniet, grata marina mihi.

Lumache. Nomi. Lat. *Cochlea.* Ital. *Lumache.*

Qualità. E fredda nel primo grado, & humida nel secondo.

Sceltà. La megliore è quella, che è colta in luoghi mõtuosi, & colli ameni, & lontani da paludi, c'habbia pasciute herbe odorifere, sia purgata, & coperchiata al tempo dell'inuerno; sono buone ancora quelle delle vigne, mà molto megliori sono quelle, che si colgono nelli spineti oue nascono lupuli.

Giouamenti. Gioua allo stomaco, & è grata al gusto, nutrisce assai, è ottima per i tisici, & smorza l'ardore della collera, & la sete, & prouoca il

sonno;

ſonno; è ottima per gli ethici.

Nocumenti. Difficilmente ſi digeriſce, & facilmente ſi conuerte in flēma, onde nuoce à chi patiſce di pietra, ò di renella.

Tiſici.

Rimedi. Cuocendoſi bene in compagnia di herbe odorate, come menta, calamento, petroſello, & aglio, cō oglio, ma che ſia molto ben cotto. Il megliore modo di māgiarle è leſſarle prima, & poi frigerle, & mangiarle con la ſalſa; ouero leſſe che ſono, ſi metta dentro nel loro guſcio vn poco di ſaturegia, ortimo, & poi ſi ricuocano ſopra la braſcia; la marina è megliore di tutte, & manco nociua, maſſime ne' tempi freddi, & quando è bē purgata è buona per i gioueni, per i colerici, & per quei ch'hanno il calore naturale gagliardo.

OMBRINA.

Terra, & aqua, fuluo ſimul auro veſcit vm-
Fit magni à multis propterea precij. (bra

Quip-

Quippè huic alba caro Truttarũ more videnda est
Firma, suo stomachum quæq; sapore iuuat.

Ombrina.

Nomi. Lat. *Vmbra*, Ital. *Ombrina*.

Qualità. E calda temperatamente, & humida nel primo grado.

Scielta. La megliore è la più grassa, & la più saporita, & trà tutte le parti solida più il ventre.

Giouamenti. Dà buon nutrimento, facilmente si digerisce, tempera l'ardor del sangue, & dopò lo sturione è il più nobile, et il più saporito pesce, che si mangi.

Nocumenti. Nuoce allo stomaco freddo, tardi si digerisce, non essendo ben cotta, et genera opilationi.

Rimedi. E manco nociua cuocẽdosi a lesso nell'acqua, & nell'aceto, e poi mangiãdosi co'l sapor bianco; ouero arrostita piena di garofani, mangiãdola con oglio, e agresto; è buona ne giorni caniculari, per i gioueni, e per i co-

i colerici: ma nuoce alle psone otiose, a' vecchi, & a i flemmatici.

ORATA.

Pisciculis, sese, & Conchis Aurata saginat,
Maxillaq; illos asperiore domat.
Carne autem media est, oriq; accommoda valde,
Haudq; exors succi dicitur esse boni.

Orata.

Nomi. Lat. *Aurata*. Ital. *Orata*.

Qualità. Nel caldo è temperata, ma è secca nel primo grado.

Scielta. La megliore è quella, che è presa d'inuerno in alto mare, e non in mare morto, & il principato hanno quelle, che son prese ne i mari di Leuante.

Giouamenti. Dà copioso, & buon nutrimento à chi la digerisce bene, & accresce il coito.

Nocumenti. E difficile à digerire, perche hà la carne molto dura.

Rimedi. Cuocendosi in acqua, & oglio con zafferano, specie, vua passa,

ſa, et herbe odorate, ouero ſu la graticola, mangiandola con olio, & aceto marinata; è buona d'inuerno, nel qual tempo è più ſaporita; conferiſce à i gioueni, & à i colerici, & à quei che molto ſi eſſercitano, & hanno gagliardo lo ſtomaco.

OSTRICA.

Lubrica naſcentes implent Conchilia Lunæ.
Sed non omne mare eſt generoſe fertile teſte.
Muricæ Baiano melior lucria peloris
Oſtrea Cireis Miſene oriuntur Echini
Pettinibus patilis iactans ſe molle Tarrẽtũ.

Oſtrica.

Nomi. Latin. *Oſtre*. Ital. *Oſtrica*.

Qualità. E calda nel primo grado, & humida nel ſecondo.

Scielta. La megliore è quella del lago Lucrino, maſſime preſa ne i meſi, che hanno R, & ſiano mangiate freſche.

Giouamenti. Riſueglia l'appetito, accreſce il coito, & muoue il corpo.

Nocumenti. E difficile à digerire, accre-

accresce la flemma, & fà opilationi.

Rimedi. Si mangi con pepe, olio, & succo di aranci, dopò ch'è cotta sù la brascia, che non si deue lessare, si conuiene ne i tempi freddi à i giouENI, & à i colerici, & a quei che hanno lo stomaco molto gagliardo.

RANOCHIE.

Ranarum alba caro, sed semper durior esu,
Ipsa recens infusa tamen non tempore paruo
In Lympha tenera, efficitur nutritq; potenter,
His cõfert qb. & ipsis, & simul hetica moxa est
Cum sale cumq; oleo coctæ, si denique edantur.
Contra serpentum uis illis cuncta venena.
Ranarum cũ melle cinis, quando illitus illo est,
Implet Alopecias, sanguem sistitq; fluentem.

Nomi. Lat. *Ranæ*. Ital. *Ranocchie*.

Qualità. Sono fredde nel secondo grado, & humide nel primo.

Ranocchie

Scielta. Le migliori sono quelle, che habitano nell'acque grosse, & ben formate, & non generate al tempo della pioggia.

Gio-

Giouamenti. Cotte lesse con olio, et sale, et mangiate sono la theriaca de i veleni di tutte le serpi, la lor decottion fatta con aqua, et aceto, vale a i dolori de i denti, nella lepra, et à gli spasimi; sono vtilissime à i tisici, et la lor decottione gioua alla tosse antica, massime cotte in brodo di pollo, o di cappone, et humettando prouocan soauemente il sonno; la cenere del lor fiele, beuuta con vino, al peso di vna dramma, sana la febre quartana.

Tisici.

Fiele di ranochie.

Quartana.

Nocumenti. Essendo nate di putredine, et dimorando nell'acque putride, danno putrido nocumento, et però causano dolori de gli intestini difficilmente si digeriscono, nutriscono poco, et generano sangue malenconico, grauano lo stomaco, accrescono le flemme, et quando sono morse dalle serpi, o andando in amore, non si deuono mangiare, perciò-

che

che danno gran perturbatione al ventre, et allo stomaco, et fanno orinar sangue.

Rimedi. Siano ben cotte, et bene aparecchiate, con salse fatte di herbe odorifere, et calde, et con vn poco di aglio delle ranocchie son buone à mangiare solamente le scorticate prima; et tenute in acqua fresca per ventiquatro hore, sono manco nociue mangiate con specie, con succo di aranci, ò di limoni; son buone ne i tempi caldi per i gioueni, et p i colerici, ma non per i vecchi, nè per flemmatici, nè per gli otiosi.

SARDA.

Cum muria Sardinia duos seruatur in annos.
Fitq; garum hinc toto corpore felle caret.
Quare aliqui cum oleo, & sale, purgata integra in olla
Gratticula, vel eam si voluere coquuntur.

Strada Alice Sardella.

Nomi. Lat. *Sardina*, & *Sarda*. Ital.

Sar-

Sarda, & quando è Sardina ſi ſala, & chiamaſi Alice, & quando è Sarda ſi ſala parimente, & chiamaſi Sardella.

Qualità. E fredda nel principio del primo grado, & humida nel fin del medeſimo.

Scielta. La megliore è quella, che è preſa la primauera, in mare arenoſo, & non fangoſo.

Giouamenti. Preſa ſubito cotta, & mangiata, è di buono nutrimento, & di delicatiſſimo ſapore, le ſarde ſalate riſuegliano l'appetito, nettano lo ſtomaco delle ſuperfluità, & però ſe ne concede in poca quantità à i conualeſcenti, nel principio del mãgiare, purche non habbino troppo ſale.

Nocumenti. Genera ventoſità, maſſime ſe ſi mangia la ſua ſpina, & hà dell'humido.

Cottura.

Rimedi. Cuocendoſi in vn tegume, ò sù la graticola dẽtro vn foglio

di

di carta cō olio, petrosello, & pitartima, ò con sale, & origano, per alcuni pochi giorni conseruandosi, si rimedia à i suoi nocumenti, si conuiene la sarda à tutte l'etadi, & complessioni, la primauera, pur che non se ne mangi in troppa quantità.

SPIGOLA.

Albo ex iure Lupus, tenuiq; olixus aceto.
Affectis adfert febribus auxilium.
Gignit enim tenuē succum sanguemq; probatū,
Quando caro ipsius perfacile excoquitur.
Non Galli iecori cedit, non Anseris hepar.
Illius succi, vel ratione boni.
Inuenies capitis duros in parte lapillos,
Qui renum duros comminuant lapides.

Spigola.

Nomi. Lat. *Lupus*. Ital. *Spigola*.

Qualità. E fredda, & humida nel secondo grado.

Scielta. La megliore è la cādidissima,

 & mol-

& moltissima, & presa nel Teuere tra li due ponti, & specialmente nel mese di Gennaro, il quale è chiamato per questo Spigola.

Spigola.

Giouamenti. E di sapore delicatissimo, rinfresca assai generando humore freddo, & sottile di sostanza, è molto grata nelle tauole di grandi, & la pietra che hà in testa rompe le renelle, e le pietre.

Pietre.

Nocumenti. Nuoce à i cattarrosi, massime quando è grauida, perciòche genera molti escrementi in ogni stagione.

Rimedi. E manco nociua cotta in acqua, & aceto, & poi mangiata con sapor bianco acetoso, ouero cotta sopra la graticola, mangiandola con oglio, aceto, & sale, & cosi cōferisce ad ogni età, & complessione, massime nel mese di Gennaro.

STV-

STVRIONE.

Hæroum tantum capiant Acipensera mensæ,
Mille etenim nummum non mihi piscis erit.
In pretio nullus Romæ magis extitit vnquam,
Ornent regales munera rara dapes.

Nomi. Lat. *Sturio*, *Acipenser.* Ital. *Sturione.* *Sturione.*

Qualità. E caldo nel principio del primo grado, & humido nel secondo.

Scielta. Il megliore è quello, che è preso ne i fiumi, ne i quali si fà più grasso, & più saporito, che nel mare.

Giouamenti. Nutrisce assai, accresce il coito, & rinfresca il sangue, & si stima nelle tauole per cibo pretiosissimo, & che tenga il primo luoco; delle sue oua salate, si fà il cauiaro, che si mangia cotto, & crudo, per suegliar l'appetito, & per far bere con gusto, & della polpa se ne fanno li schenali, che sono salati, & secchi al fumo, che sono appetitosi à mangiare,

mà non son buoni per catarrosi, & podagrosi.

Nocumenti. Hà la sua carne grassa, che genera humor vischioso, difficilmente si digerisce, & tanto più, quanto è più fresca.

Rimedi. E manco nociuo mangiandone la testa, & la pancia solamente, & sia frollo, cotto à lesso nell'acqua, & aceto, & poi mangiato con sapore bianco acetoso, con canella dentro à ciò resti in parte corretto.

TELLINE.

Et bene alunt Tellinæ, & ventrem sæpius esæ,
Sed coctæ modicis ignibus exonerant.
Conditæ sale moxq; igni feruente crematæ,
Vrentem reddunt non leuiter cinerem.
Hinc cedri exceptus succo, sensimq; perunctus,
Impellit glabras vsq; manere genas.

Nomi. Lat. *Tellina*. Ital. *Telline*.

Qualità. Sono calde nel primo grado, & secche nel secondo.

Scielta,

Scielta. Le megliori ſono grande, & freſche.

Giouamenti. La lor decottione fà lubrico il corpo, prouoca l'orina, ſono grate al guſto; la cenere delle ſalate con ſucco di cedro, prohibiſce il rinaſcer de' peli.

Nocumenti. E la lor carne di tarda digeſtione, & graua lo ſtomaco, fà venir la ſete, ſtringe il petto, & genera le renelle.

Rimedi. Biſogna purgarle ben dalla rena, ponendole per vn giorno nell'acqua freſca, & sbattēdole con la ſcopa, poi ſi cuocono con cipolla ſoffritta, & vino, aggiungendoui herbe odorifere, petroſello, & ſpecie: ſon buoue ne i tempi freddi per i vecchi, per i flemmatici, & per quei che s'affaticano aſſai.

TENCA.

Eſcrementitio ſucco, craßo atque tenaci
Tinca eſt propterea non placet illa mihi.

Lucius (vt prohibent) læsum se vulnere, Tincæ
Affricat, & mira tandem ope liber abit.
Per medium secta, & carpo plantisq; quibusdã
Aetulit admota in febre frequenter opem.

Tenca.

Nomi. Lat. *Tinca*. Ital. *Tenca*.

Qualità. E fredda, & humida nel secondo grado.

Scielta. S'elegga la femina presa in fiume, ò in lago non fangoso l'autunno, & non l'inuerno. Quelle del lago di Perugia son buone, mà ottime sono quelle del lago di Monte Rosoli.

Giouamenti. E di gran nutrimento, mà escrementoso; tagliate le tenche per lunghezza di schiena, & applicate alle piante de' piedi, & de' polsi, mitiga l'ardor delle febri, & l'abbreuia.

Nocumenti. Si digeriscono tardi, grauano lo stomaco, & sono di cattiuissimo nutrimento, massime quelle che nascono nelle paludi, mangiate ne i giorni canicolari.

Rimedi. Cuocendosi con aglio, &

herbe

herbe odorate, & ſpetie, al forno ſon manco nociue; & parimente cotte con oglio, cipolla, & vua paſſa, ò riuerſciate, & empite con mēta, aglio, petroſello, & aneto, mangiandole cō aceto, ò agreſto. E la tenca cibo da vſarſi in tempi freddi, da' gioueni, da i colerici, & da quei che molto s'affaticano.

TESTVDINE.

Carne ſatis pingui grata, & Teſtudo ſuaui eſt,
Si coquitur poſito tegmine mollis erit.
Manſa ch thiſim putrem ſoluit, tumidūq; lienē,
Fitq; venenatis vermibus Antidotum,
Senſibus exhibita eſt alimentū nobile, morbum
Tollit & herculeum, quid olet oua bibat.
Calda parū humeſcit fluuios, mōteſq; peragrat
An caro vel peſcis ſit, petis eſtq; media.

Nomi. Lat. *Teſtudo, à teſta qua tegitur.* Ital. *Teſtudine, & Tartaruca, ſono animali di mezzana natura, trà gli animali, & i peſci, come le Lumache.*

Teſtudine Tartaruca.

Qualità. E fredda nel secondo grado, & humida temperatamente.

Scielta. Le megliori sono quelle che non sono aquatice, mà terrestre, grosse, piene d'oua, & pasciuta, prima che si mangi, di buoni cibi in casa.

Giouamenti. Sono di grandissimo nutrimento, & per questo si danno vltimamente a'tisici, & estenuati; il sangue loro beuuto gioua à quelli che patiscono di mal caduco; della carne della tartaruca cotta se ne fà pesto à gli infermi, per rinfrescarli, & ristorarli.

Pesto per infermi.

Nocumenti. Genera sangue grosso, flẽmatico, fà gli huomini pigri, & dormigliosi, e tardissimamẽte si digerisc.

Rimedi. Sia ben cotta, gettando via la prima, & seconda acqua, & bene apparecchiata, con herbe calde, pepe, zafferano, & rossi d'oua; son buoni per i gioueni, per i colerici, & per quei che molto s'affaticanõ.

TON-

TONNO.

Iste Tynum piscis redolet vnum vescitur illo;
Nutrit enim liquidis sæpe Ticinus aquis.

Nomi. Lat. *Tynnus.* Ital. *Tonno.*

Tonno.

Qualità. E freddo nel primo grado, & humido nel secondo.

Scielta. Il megliore è il giouene, preso del mese di Settembre, & si deue prendere più tosto la carne magra, che la grassa.

Giouament. La sua carne sana i morsi de' cani rabiosi; il suo ventre, che è grassissimo, & molto desiderato nelle tauole, salato, si chiama tarantello; & la carne magra salata è la tonnina, l'oua si salano; & se ne fanno bottarghe, come di quelle del cefalo, le quali cose tutte eccitano l'appetito.

Tarantello.
Tonnina.
Bottarghe

Nocumenti. Genera molto escremento, tardi si digerisce, graua lo stomaco, & accresce la flemma.

Rimedi. Fresco si coca su la graticola,

con ſale, & coriandro, aſpergendolo continuamente di oglio, & aceto, cō vna mappa di finocchio, ò vn rametto di roſmarino.

TRIGLIA.

Dura caro Mulli eſt, valdeq́; friabilis, ergo
Si bene conficitur ſumpta potenter alet.
Eſt oculorum aciem aſſiduos ſi cedat in vſus
Obtundit, Neruos nec ſatis eſſe iuuat.
Extinctus vino tantam vim infundit in illud.
Vt vel matri obſit (magne cupido) tuæ.
Namq́; nouos operam veneri nauare maritos.
Fæcundasq́; nouas impedit eſſe deas.

Triglia.

Nomi. Lat. *Mullus barbatus*, Ital. *Balbone, & Triglia.*

Qualità. E calda nel primo grado, & ſecca nel principio del ſecondo.

Scielta. La picciola è meglior della grande, & preſa in luoghi ſaſſoſi, & non in luoghi ſangoſi, & mari morti.

Giouamenti. E molto grata al guſto, & di buon nutrimento, affogata nel vino,

vino,& mangiata, estingue gli appetiti venerei, & beuendosi il vino fà venire in odio ogni sorte di vino, posta la triglia sopra i morsi di velenosi animali, li sana.

Vino.

Nocumenti. E di dura carne, & tardi si digerisce; beuendosi il vino doue sia affocata la triglia fà l'huomo impotente, & la donna sterile, & fà venir in odio il vino. Vsata la triglia troppo spesso offende la vista.

Vista.

Rimedi. Si cuoca sopra la graticola, mangiandosi con oglio, & succo di aranci; ouero fritta, si condisca con aceto, spetie, & zafferano, & così per molti giorni conseruerassi, & sarà molto megliore: è buona ne' tempi caldi, per i gioueni, & per i colerici, & per quei ch'hanno lo stomaco gagliardo, & per quei che molto si esercitano.

TROTTA.

Si vitam Truttæ ſpectes, ſi denique mores
Salmoni certè perſimilem eſſe feres:
Quin veluti fluui ſalmo eſt, lenteq; paludis,
Qualem nunc Gualdi ſæpius eſſe licet.

Trotta.

Nomi. Lat. *Trutta.* Ital. *Trotta.*

Qualità. E fredda nel principio del primo grado, & humida nel fine del primo.

Scielta. Che ſia groſſa, & preſa in rapidiſſime acque, oue ſian ſaſſi, come le noſtre di Gualdo, & non in laghi ſtagnanti.

Giouamenti. Nutriſce ottimamente quella di fiume che ſi digeriſce preſto, & genera vn'humor freddo, che rinfreſca il fegato, & il ſangue, & però ſono le trotte buone nelle febri ardenti, come ſaſſatili, & digeſtibili, accreſcono lo ſperma: et ſon buone nei tempi caldi per i gioueni, & colerici, & nõ p i decrepiti, et flẽmatici,

Nocu-

Nocumenti. Subito si corrompe, & però subito presa si deue mangiare; nuoce à i vecchi, à i flemmatici, et à chi hà lo stomaco debole.

Emicrania.

Rimedi. Si cuoca in egual parte di acqua, & aceto, & mangiasi con sapori acetosi, ouero si mangi nel modo, che si è detto del carpione.

Finiscono i Pesci.

CONDIMENTI.

ACETO.

Discutit, adstringit, refrigerat, utile acetum
Ventriculo, est nocuum cui nigra bilis obest.
Vlcera si ventris, vel pectora siccet, aceti
Commoditas tamen est non tibi parua quoq;
Frigore si poterit neruis nocuisse, rependit
Damma, potest ægro si reuocare famem.

Nomi. Lat. *Acetum*. Ital. *Aceto*.

Aceto.

Qualità. E l'aceto freddo nel secōdo grado, rispetto al calor del vino, et tāto più quanto è il vino più vecchio,

et più

& più potente, mà hà vn certo calore, che hà acquiſtato dalla putredine, baſta, che la frigidità ſupera in lui la calidità; & l'aceto fatto di vino debole, è più freddo, mà fatto di vin vecchio è manco freddo, mà la ſua penetrantia non procede dal calore, mà dalle parti ſottili, & acute fredde come è l'aere boreale, & è oltre à ciò ſecco nel terzo grado.

Scielta. Il megliore è quello, che è fatto di ottimo vino, & che dentro ci ſiano le roſe, & ſia vecchio.

Giouamenti. E inciſiuo, digeſtiuo, & aperitiuo è ottimo per ſmorzare l'ardor della collera, & la ſete, fortifica le gengiue, eccita l'appetito, apre l'opilationi, aiuta la digeſtione, & conferiſce allo ſtomaco caldo, & humido, debilita il ſangue, & la collera, onde nuoce à i colerici, & reſiſte alla putredine; & per queſto al tẽpo della peſte ſi hà da vſar molto l'aceto, per

Peſte.

to, per

to, per preseruarsene.

Nocumenti. Genera humor malenconico, offende i nerui, lo stomaco, le gionture, è inimicissimo alle donne, che patiscono mal di madrice, è pessimo per i macilenti, punge lo stomaco, & gli intestini, offende la vista, e sminuisce i sensi, & il coito, distrugge le forze, offende il petto, muoue la tosse, & chi l'vsa troppo si inuecchia presto, & si smagra.

Smagrire

Rimedi. Non si pigli mai à digiuno si vsi moderatamente, & non sia troppo agro, & si faccia bollir seco l'vua passa, ouero si faccia bollire anisi, & seme di petrosello, e di finocchio, che cosi si leua ogni sua malitia, & finalmente vi si aggiunga vn poco di zuccaro.

AGRESTA.

Omphacium sistit fluxus, & mitigat æstum.
Lumina clara facit, conuenit atque cibis.

VVA

VVA IMMATVRA.

Quid misera amplecti carã mihi profuit vlmũ
Tam subitæ mortis cum mens extet amor?
O felix labrusca tuis seruata racemis.
Quam minor est multo sors mea sorte tua?
Non caleo, dulcisq; mihi non insitus humor.
Digna fauore fui pectora; nunc noceo.
Adstringo, ingluuiem repeto, sum noxia bili,
Malueram Bacco deditus esse sapor.

Agresta. Nomi. Lat. *Vua immatura.* Et il liquore. *Omphacium.* Ital. *Agresta.*

Qualità. E fredda nel primo grado, & secca nel secondo.

Scielta. Si elegga l'vua acerba auãti il sol leone colta, & preparata.

Giouamenti. Gioua mirabilmente la state, à temperare il calor del sangue, à smorzar la collera, & suegliar l'appetito; onde conferisce molto à i gioueni, & à i colerici, & à tutte l'infirmità calde.

Nocumenti. Stringe gagliardamẽte

il pet-

il petto, fa venire la tosse, et è nemica ai nerui, et a quei che patiscono dolori colici.

Rimedi. Si rimedia alla sua malignità vsandola in compagnia delle carni, massime di colombi, ò d'altri cibi caldi, et dolci, et grassi; ma co'l pesce s'accompagni cō spetie calde. E inimica ai vecchi, et ai flemmatici, non si vsi co'l sale, percioche dissecca troppo, et accende le febri.

Agresta salsa.

SAPA.

Multũ alit & pulsus reuocat Sapa Toxica vim
Obstruit, atq; inflat, ventriculoq; nocet. (cit,

Nomi. Lat. *Defrutum*, & *Sapa*. Ital. *Mosto cotto*, & *Sapa*.

Sapa. Mosto cotto.

Qualità. E calda nel secondo grado, et perche, quantunque per la decottione riceua calidità, perde nondimeno del calore naturale, è humida temperatamente.

Scielta. La megliore è quella, che si fa

di mosto cauato dall'vua dolce, cotto tanto, che manchi per metà, & meglior, e più chiara quella che si fà di mosto biãco, che q̃lla di mosto nero.

Giouamenti. Nutrisce valorosamente, tien lubrico il vẽtre, riuoca il polso, & gioua alla strettezza del petto, & a' difetti del polmone, & all'vlcere delle reni, & della vessica, & è buona contra i veleni.

Nocumenti. È difficile à digerire, è per la sua dolcezza opilatiua, & per questo non si conuiene à modo veruno à quei che patiscono opilatione di fegato, ò di milza; è di grossa sostanza, & per questo è ventosa, & nuociua allo stomaco.

Rimedi. Non si vsi per cibo, mà per condimento, & secco sempre si pongano pepe, ò altre cose aromatiche, l'inuerno; oueramente si accompagni con cose acide, che cosi si tempe-rano l'vn l'altro; ouero si lasci assat-

to, ò si vsi in poca quantità, con vn poco di mele.

CANELLA.

Extenuant, virusq; adimunt, caligine, ocellos
Cinnama odora leuant, commoda multa serũt
Namq; oculos stomachumq; acuum, tremulosq; lacertos.
Sistunt: hinc sicca est, nec pituita fluit.
Artubus hæc vires iam torpescentibus addũt
Et iecur, & renes, putreq; pectus alunt.
Tædia vexatæ Matricis, & Ilia tollunt
Turgida, vessicæ prouida languidulæ.

Nomi. Lat. *Cinnamomum.* Ital. *Canella, & Cinnamomo.*

Canella, cinnamomo.

Qualità. E calda, & secca nel terzo grado.

Scielta. La megliore è q̃lla, che non è vecchia, mà che sia fresca, odorata, acutissima al sapore, & di color rosso.

Giouamenti. Vsandola spesso ne i cibi, conferisce sommamẽte allo stomaco, & alle sue fredde indispositioni, dissoluendo l'humidità, & le ven-

tosità, rischiara la vista impedita per humidità, apre l'opilationi del fegato, prouoca l'orina, fa dormire, scaccia le ventosità da tutto il corpo, mitiga i dolori delle reni, conferisce a i catarri, & alla tosse, mondifica il petto, dissecca l'humidità della testa, fa buono fiato, eccita il coito, conforta il cuore, & ha la proprietà della theriaca, & resiste alla putredine.

Reni.

Nocumenti. Nuoce a' colerici la state, & in paesi caldi, perche infiāma le viscere, & il sangue; nuoce a podagrosi, perche essendo calda, & aperitiua, lascia facilmente penetrar gl'humori a' piedi, & alle gionture.

Rimedi. Si vsi in poca quātità, & da i vecchi, & flemmati, che hanno lo stomaco debile, nei tempi freddi.

GAROFANI.

Est Cariophyllon cordi stomachoq; salubres,
Et venerem stimulat, viscera lædit idem.

Nomi.

Nomi. Lat. *Cariophyllon*. Ital. *Carofani*. *Garofani.*

Qualità. Sono caldi, & secchi nel terzo grado.

Scielta. I megliori sono quelli, che sono freschi, & di odore perfettissimo, & di soaue sapore.

Giouamenti. Confortano tutti i mẽbri principali, il cuore, il ceruello, il fegato, & lo stomaco, fanno i cibi molto grati, & soaui, fanno buono fiato, prouocano l'orina, aiutano la digestione, conferiscono alle passioni fredde, al vomito, alla nausea, al mal caduco, à gli spasimati, à gli stupidi, fermano i flussi.

Nocumenti. Offendono le viscere stimulano à venere, stringon il vẽtre, & nuocono à i colerici la state, fanno amare le viuande vsandoli troppo.

Rimedi. Bisogna vsarli in mediocre quantità, ne i tempi freddi, & ne i cibi humidi, & nelle età, & complessioni flemmatiche.

MELE.

Mel oculis cõfert, valide domat omne venenũ,
Purgat idem, est inflat, bilis, & inde viget.
Ignea vere legas, & mella nitentia succu
Subrufo hiberno tempore lecta mala.
Dulcia sint, somni blandum lenimen, & imo
Pulmoni, turges si tamen illa time.
Hæc stomachũ reparant, hæc à putredine fedæ
Omnia tutantur; gloria magna apibus.
Sed nihil aut modicũ hoc vẽtri, mirabile ma⁹,
Quod nocet educunt, quod iuuat illa tenent.

Mele. *Nomi.* Latin. *Mel.* Ital. *Mele*, & *Miele*.

Qualità. E caldo, & secco nel secondo grado.

Scielta. Il megliore è quello della primauera, & della state, quantũque Aristotile lodi l'autunnale. Quel dell'inuerno è cattiuo. Il mele deue esser bianco, ben granito, l'Attico è il megliore.

Giouamenti. E il mele astersiuo, aperitiuo, onde prouoca l'orina, & mondifica

dificai suoi meati, conferisce à i fred-
di, à i flemmati, & à i vecchi, è medici
na pettorale, & è molto conueniente
per conditure de i cibi, è di poco, mà
di laudabile nutrimento. Democrito
dimandato in che modo gli huomini
potessero sani, & lungamente viuere;
rispose, dentro co'l mele, & di fuori
con l'oglio, riscalda lo stomaco, muo
ue il corpo, resiste alla corrottione, &
si conuerte in buono sangue.

Detto di Democrito

Nocumenti. Genera ventosità nel-
le budella, si conuerte in colera, fà
opilatione del fegato, & della milza,
eccita la febre, & induce dolori coli-
ci, & fà la tosse mangiandosi crudo, &
quantunque sia medicina pettorale,
nuoce nondimeno molto alla testa, &
mangiandone in souerchia quantità,
offusca l'intelletto, & moltiplica la
colera.

Rimedi. Si cuoca sempre schiumã-
dolo, ouero si mangi con fruttri, ò cõ

altri cibi acetosi; non si deue vsare se nó ne i tempi freddi per i vecchi, per i catarrosi, & per i flemmatici.

NOCE MOSCATA.

India odoratas, & crasso rore rubentes
Cum tamen esurant, dat tibi larga Nuces:
E stomacho iecori, vitiato spleni, & ocelis
Subueniunt bruma si modo leßa dolent.
His bene olent, & vix cõtacta labella famescũt
Vessica his patula est: has fluida aluus amat.
Quã male nux dicta est, matronæ nobile mun⁹,
Glãs muscata datur cui male vulua tumet.

Noce moscata.

Nomi. Lat. *Nux Miristica, & Nux muscata.* Ital. *Noce Moscata.*

Qualità. E calda, & secca nel fin del secondo grado.

Scielta. La megliore è fresca, & non pertugiata, graue, rossa, ben grassa, & piena di humore.

Giouamenti. Fà buono fiato, assottiglia la vista, leua le lentigine, conforta il fegato, & lo stomaco, aiutando

do

do la digestione, assottiglia la milza, prouoca l'orina, dissolue le vẽtosità, mitigando i dolori dello stomaco, astringe il ventre, & conforta la madrice, ferma il vomito, & eccita l'appetito. L'oglio cauato dalla noce moscata è molto vtile nelle infirmità della madrice, & de i nerui, tanto applicato di fuori quanto beuuto con brodi al peso di cinque, ò sei grani.

Oglio de noce muscata beuuto.

Nocumenti. Nuoce à i sanguigni, à i colerici, & à quei, che patiscono morici, & finalmente offende i malenconici, & che sono stitichi, perche stringe il corpo.

Rimedi. Si vsino di rado, & in poca quantità, mescolandoui vn poco di zenzero, che con la sua humidità la contemperi. E conueniente a i vecchi, & per i flemmatici.

O G L I O.

Pingue oleum mollit ventres, humectq; calente
Temperie, & pingui fert alimenta cibo.

Hoc

Hoc sine nil condita sapit lactuca; sed unde hoc,
Insipidum cum sit, deiciatq; famem.

Nomi. Lat. *Oleum.* Ital. *Oglio.*

Qualità. E caldo, & humido nel secondo grado.

Scielta. L'oglio dell'oliue è molto lodato, & molto soaue, & familiare alla natura, sia dolce, & di due anni almeno, mà nõ troppo vecchio; sia di oliue mature, secondo loco hà l'oglio di amandole dolci.

Oglio di amandole dolci.

Giouamen. Beuuto vna volta il giorno ammazza, & caua fuori i lumbrici, mollifica il corpo, ingrassa, & accresce la sostãza del fegato, & è singular medicina à vomitare i veleni pressi, beuendone buona quantità.

Nocumenti. Leua l'appetito mangiandone in troppa quantità.

Rimedi. Si mangi in poca quantità, & rare volte, & per i conualescenti, et delicati si vsi l'oglio di amandole dolci, mà fresco.

SA-

SALE.

Nunc riget ante liquore fuerat Sal, ſiccat, & ardet,
Cur tamen epotus corpora fluxa ciet.
Gratior albus erit, ruber eſt vrentior, omni
Laus Sali non poſito menſa nec olla ſapit.

Sale.

Nomi. Latin. *Sal.* Ital. *Sale.*

Qualità. E caldo, & ſecco nel ſecondo grado, aſtringe, eſpurga, diſſolue, & aſſottiglia, & per queſto ſi dice.

Sal primo poni debet, primoq; reponi,
Non bene menſa tibi ponitur abſq; ſale.

Frà tutti i ſapori è laudatiſſimo, ſenza ilquale neſſuno condimento è buono, perilche è molto neceſſario à conſeruare la ſanità, percioche nelle viuande ſi mette per farle più ſaporite, ſecondo quel verſo,

Nam ſapit eſca male, quæ datur abſq; ſale.

Scielta. Il megliore è il biãco, eguale, & denſo.

Giouamenti. Metteſi nelle viuande il ſale per tre riſpetti; prima perche i ci-

i cibi più presto descēdono dallo stomaco, essendo egli graue; poi per fare i cibi più saporiti; & finalmente perche resiste al veleno, & alla putredine; desiccādo con la sua siccità quell'humidità, dalle quale si può cagionare la putredine; eccitta l'appetito, & la virtù digestibile, leua il fastidio de' cibi, prohibisce la nausea, resiste alla putredine, resolue, assottiglia, & dessecca l'humidità superflue, irrita gl'intestini a mandare fuori le feccie, & per questo si mette ne i clisteri, & nelle supposte.

Nocumenti. Le cose molto salate sono acute; generano humore malenconico, sono vaporose, offendono la bocca dello stomaco, danno cattiuo nutrimento, brusciano il sangue, debilitano la vista, diminuiscono il coito, fanno prurito, rogna serpignie, impetigine, & morfea, & scortigano i meati dell'orina.

Rime-

Rimedi. Bisogna vsarlo in poca quantità, & non è buono il sale ne i salsamenti, per quei che hanno il petto stretto, & hanno humori salsi, & che sono leprosi.

ZAFFERANO.

Fama vetus taceat, cedant pulmenta Luculli,
Cœna coronata est plenior ista croco.
Hic cilices redolent, ignita cacumina florum
Rubro ferunt cordi gaudia summa tuo.
Si mala sunt capiti, segnes ducentia somnos.
Illa decor stomachus, tristicq; pectus amant.
Et ventrem oblectant, vuluam reserantq; in mentem:
Hæc ede, si risus expetis assiduos.

Nomi. Lat. *Crocus*. Ital. *Zafferano*. Zafferano

Qualità. E caldo nel secondo grado, & secco nel primo.

Scielta. Il megliore è il fresco, ben colorito, & che habbia nelle fila alquanto di bianco, lungo, nõ fragile, pieno, che bagnato tinga le mani, & habbia grato odore.

Gio-

Giouamenti. Conforta lo ſtomaco, & le viſcere, apre l'opilatione del fegato, conferiſce alla milza, fà buono colore, leua la putrefattione, induce il ſonno, eccita al coito, letifica il cuore, prouoca i meſtrui, e l'vrina, & facilita il parto, mà non ſe ne deue dare più di due dramme.

Nocumenti. Và alla teſta facendo dolore, ſonnolentia, & offuſcano i ſenſi, fà nauſea, leua l'appetito, e dato in troppa quantità, cioè fino à tre drāme, è veleno, che fa morire ſubito ridendo, et il ſuo odore feriſce il capo.

Rimedi. Si adopri l'inuerno in poca quantità, da i vecchi, da flemmatici, & da i malenconici.

ZENZERO.

Ignitum capiti, & pituitæ Zingiber ingens
Antidotum fugent cum tua membra cape:

Huic

Huic tamen innatus si non prius arruit humor
Vix satis esse potest, igne tepente sibi.
Hoc oculis aufert tenebras, huic vuida debent,
Omnia, ne putreant Zingiber edocuit.
Hoc odisse venus potuit, sed maxima ventri est
Commoditas, siccat, nec minus illé cacat.

Nomi. Lat. Zingiber. Ital. *Zengeuere, & Gengueuo, & Zenzero.*

Zengeuere, Gengueuo, Zēzero.

Qualità. Quando è fresco, è humido nel terzo grado, & humido nel primo. Ma quādo è seccato è secco nel secondo grado: ha in se certa humidità, per la quale facilmente corrōpesi, è risolutiuo, & incisiuo.

Scielta. Bisogna che sia fresco, di buon'odore, & di acuto sapore, & che non sia tarolato, & quando si spezza non faccia poluere.

Giouamenti. Riscalda lo stomaco, e tutto il corpo, & consuma le superfluità, risolue le ventosità, aiuta la digestione, conferisce alla memoria, prouoca il coito, consuma le flēme, chiarifica la vista, & asterge l'humidità

dità del capo, e della gola. Il condito con mele è buono per i vecchi.

Nocumenti. Infiamma il fegato, onde non è buono vsarlo ne i paesi, & tempi caldi, perche nuoce a chi ha calda complessione.

Rimedi. Si vsi in poca quantità, ouero si vsi condito con mele.

ZVCCARO.

Sacara pectoribus, stomacoq; aptissima semper
Renibus, atq; aluo, luminibusq; fauent.

Zuccaro.

Nomi. Lat. *Saccarum.* Ital. *Zuccaro.*

effetto del zucaro sopra le trippe.

Qualità. Il zuccaro è temperato nelle qualità passiue, ma nelle attiue inclina al caldo, & è gratissimo in tutte le viuande, eccetto che nella trippa, perche postoui sopra la fa puzzare, come sterco di buoi fatto di fresco.

Scielta. Il migliore è il biãchissimo graue, sodo, & durissimo da spezzare.

Giouamenti. Nutriſce più che il me le; mantiene il corpo netto, & mondo, aſterge la flemma, leniſce il petto, humetta il ventre, mondifica lo ſtomaco, conferiſce alle reni, & alla veſſica, è vtile à gli occhi.

Nocumenti. Fà venir la ſete, & per queſto, quando con la ſete ſi ſente amarezza nella bocca, non biſogna vſare il zuccaro, perche all'hora lo ſtomaco è pieno di collera, nella quale il zuccaro ſi conuerte, & fà gran danno allo ſtomaco, & nuoce a quei, che ſono di calda compleſſione, come ſono i gioueni, & colerici.

Rimedi. Si rimoue il nocumento del zuccaro, mangiandoſi con granati, ouero aranci acetoſi.

Finiſcono i Condimenti.

ACQVA.

Sic acqua clara, fluat qualis nitidiſſimus Aer,
Dulcis, & exigui ponderis, & gelida:

Et tenuis curat, nullo purissima limo,
Sitque sapor nullus sit procul omnis odor.
Frescat breuiter, modico simul igne callescat
Vtilis, & duris apta leguminibus.
Hanc mihi si quis aquã dederit, vinosa valete
Pocula, nam vincit optima lymba merum.

Acqua.

Nomi. Lat. *Aqua*. Ital. *Acqua*.

Qualità. E fredda, & humida.

Scielta. La megliore è quella che è chiara, sottile, pura, lontana da ogni qualità, che al gusto non habbia sapore alcuno, che alla vista sia chiara, & lucida, & all'odorato, che nõ habbia sapore alcuno; è ottima ancora quell'acqua che appressata al fuoco, presto si scalda, & leuatene, presto si rifredda, che sia fredda conuenientemente in ogni stagion dell'anno; mà l'inuerno più calda, & la state più fredda, che non sia salsa, nè amara, che non sappia di fango, di solfo, ò di altra cosa, & che il suo fonte nasca verso Oriente, & corra verso Set-

Settentrione; & è meglio quell'acqua, che corre ſopra la pura terra, di quella, che corre ſopra le pietre; biſogna ancora che ſia leggiera, non di peſo, mà che non graui lo ſtomaco, & che preſto ſe ne venghi via. Per il contrario quell'acque ſon cattiue, che vengono dalle paludi, che hanno male odore, ò, che participiano di qualche minera, come ancora ſon quelle della neue, & del giaccio diſſoluti, & coſi quelle che l'inuerno ſono fredde, & la ſtate calde, che tutte queſte rifreddano lo ſtomaco, & oppilano la milza.

Acquæ megliore.

Giouamenti. Gioua à i caldi, à i graſſi, & carnoſi, à quei che ſi affaticano, tempera il vino, & quantunque eſſa non nutriſca, ricrea nondimeno, & riſtaura le forze, & è vehicolo di cibi, & eccita l'appetito, & data oportunamente nelle febri ardenti, ſe ne vede ſalubre, & felice ſucceſſo, pcio-

che è contrarijssima alla natura delle febri, rinfrescando, & humettando il corpo, conferisce ancora à coloro, che patiscono pollutioni notturne.

Nocumenti. Nuoce à quei, che non sono troppo caldi, à i magri, à gl'otiosi, à quei che non son consueti à beuerla, à quei che hãno lo stomaco debole, & che patiscono infirmità di nerui. Fà danno a i denti, al petto, al costato, & à gli intestini deboli. Il beuere l'acqua fresca, massime à i vecchi, è molto dannosa, & à chi la frequenta di bere, è impossibile, che nõ caschi in vecchiezza, & in frigide infirmità.

Rimedi. Si correggono l'acque cattiue cuocendole, ò tenendole al sole in vn caraffone, con quattro granelle di pepe ammaccato, & volendosi beuere subito, si mastichino prima alquanti anisi, & per gli ammalati, si

cuoca

cuoca con canella, orzo, & simili cose; ouero si faccia l'acqua melata, la quale hà gran virtù, leua la sete, aiuta alle frigide infirmità del ceruello, de' nerui, & delle gionture, conferisce alla tosse, caccia fuori del petto le flemme grosse, muoue il corpo, & gl'intestini, purga le viscere, & i meati dell'orina, & per questo gioua ne i dolori colici.

V I N O.

Vina bibant homines, animalia cætera fontes;
Absit ab humano pectore potus aquæ.
Pocula quæ caruere modo mihi crede nocebunt:
Vina tamen modice sumpta iuuare solent.
Immodici at sensus perturbat copia Bacchi.
Inde quis enumeret quot mala proueniant?
Corporis exaurit succos, animiq; vigorem,
Oprimit ingenium strangulat atq; necat
Alba colas melius reseratis postibus intrant
Corpora, & emulcët, sunt nigra sicca magis.
Si tibi sub rudro salienti grata coloro.
Sunt modo sint olido, manda sapore bibas.

Corda iuuant, vires reparant, subitãq; reportãt
Lætitiam modicis sed bibe sumpta cadis.
Dulcia pectus alunt, iecori mala, pessima vẽtri,
Turgidulo somnos hæc veneremq; ferent.
Cæcuba fumoso nimiumq; furentia viro,
Sensibus, & stomacho deteriora nimis.
Forsitan & chium expectas grandesq; falernos
Sint mihi pauca malo, nec sine rura capro.
Calda minus sed sunt magis humida aquatica vina,
Si ferat hæc stomachus sensibus apta placẽt.

REGOLE.

Il vino si connumera frà cibi, percioche ogni cosa, che nutrisce è cibo, & il principal luogo tra le cose che si beuono, tiene il vino, percioche la sanità, per la sottil sostãza sua, meglio si mescola con cibi, che non fà l'acqua; oltre che à gl'huomini è molto diletteuole, restora l'humido radicale, e letifica il cuore. E il vino vn liquore soauissimo, ottimo restauratore di tutte le facoltà, & sicurissi-

virtù del vino.

mo

mo ſuſſidio della vita noſtra, & per-
queſto gl'antichi la ſua pianta, Vite,
quaſi che foſſe vita chiamato; ma bi-
ſogna vſarlo con dodeci regole in-
fraſcritte.

I. Regola è, che quando il vino è
gagliardo, & generoſo, ſempre ſi be-
ua inacquato, con acqua ſemplice, ò
con decottione di aniſi, ò coriandri
preparati, & tanta acqua vi ſi meſco-
li, che baſti à leuarli il feruore, & la
euaporatione, che fà alla teſta; & per-
che ſi faccia miglior miſtione, & ſi
rinfreſchino le parti calide del vin
potente, ſi adacqui vn'hora, ò due
auanti che ſi beua, mà quando il
vino ſarà picciolo, & acquoſo, non
ſi adacqui, perche il vino adacqua-
to inhumidiſce troppo lo ſtomaco,
et genera ventoſità ne gli inteſtini,
& imbriaca più facilmente, che l'ac-
quoſità il fà penetrare, et per que-
ſto quei ch'hanno lo ſtomaco de-

bole lo tralascino.

II. Regola. Non si beua mai il vino, dopò pranso, ò dopò cena, finche non sia finita la concottione del cibo, che all'hora aiuta il nutrimento, che più presto trapassi il corpo, doue che prima impedirebbe la concottione.

III. Regola. Bisogna guardarsi di non bere vino, che sia rinfrescato con la neue, ò con l'acqua giacciata, perche grandemente nuoce al ceruello, à i nerui, al petto, al polmone, allo stomaco, à gl'intestini, alla milza, al fegato, alle reni, alla vessica, et à i denti. Onde non è merauiglia, se quelli, che vsan di beuerlo, son infestati da dolori colici, da indispositione di stomaco, dalla retentione dell'orina, et da altri pernitiosi mali, doue che gl'antichi Grechi in molte infirmità, come del petto, lo beueuano caldo, con giouamento notabile.

Vino caldo.

IIII. Re-

IIII. Regola. Si fugga il beuer vino a digiuno, perche turba l'intelleto, induce spasmo, et nuoce grandemente al ceruello, à i nerui, et alle gionture, riempe la testa, onde vengono poi catarri; et per questo quei ch'hanno la testa debole, et sono esposti à i cattari, non beuino il vino, oueramente, poco, et inacquato, che si vede per esperientia; che tutti i Saracini vecchi, che son stati continēti nel vino, non son molto da catarci, nè da dolor di denti infestati, doue che noi altri che lo beuiamo, cominciamo à sentir catarri nella adolescentia: quando adunque sentiremo, che il vino ci habbia offesa la testa; si prendano sei, ò otto grani di mortella, et se perciò non cessasse il dolore, si prouochi il vomito.

Al vino ch'offende.

V. Regola. Non si conuiene dopò i frutti freschi, et humidi, et altri cibi cattiui, beuere vino sottile, perche essen-

essendo il vino buon penetratore, fà più presto penetrare la malitia di quei cibi à i membri, mà questo si intende quando se ne beue superfluo, che beuendone in poca quantità, corregge la malignità de i cibi.

VI. Regola. Se nella medesima mensa è da vsare vin gagliardo, et vin debole, si cominci dal debole, che il vin potente in fine conforta la bocca dello stomaco, et aiuta la digestione.

VII. Regola. Quanto il cibo è più grosso, et più freddo, tanto si cõuiene vino più gagliardo; mà quanto il cibo sarà più sottile, più caldo, et più digestibile, tanto più il vino sia debole, et per questo quei che mãgiano carne di vaccina, et pesce, deuono beuere il vino più gagliardo di quelli, che mangiano le galline, Capponi, et altre sorte di carni simili.

VIII. Re-

VIII. Regola. Quell iche vſano molto vino, non deuono vſar molto cibo, perche il vino ſerue per il bere, et per cibo, et per queſto malamente potrebbe la natura digerire.

IX. Regola. Il vino che è fatto debole, con l'acqua, è più laudabile, che il vino debole naturalmente, perche queſti facilmente ſi putreſanno.

X. Regola. Quelli che hanno il ceruello debole, et lo ſtomaco, ò il fegato caldo, et habitāti in caldi paeſi, deuono beuere poco vino, et acquoſo; mà quelli che ſon di fredda compleſſione, et ſtanno in paeſi freddi, et più forte, et più potente vino deuono beuere.

XI. Regola. Biſogna ancora nel bere oſſeruare le ſtagioni dell'anno, perche l'inuerno biſogna beuer poco, et più gagliardo vino; la ſtate più acquoſo.

XII. Re-

XII. Regola. Bisogna ancor cōsiderare l'età, perche si come il vino è alienissimo da' fanciulli, cosi à i vecchi è attissimo, essendo che tempera la lor fredda complessione, et per questo Platone negò il vino à i fanciulli, et a i gioueni lo concesse moderatamēte, et a i vecchi larghissimamente dicendo, che i fanciulli fino a i vinticinque anni, non deuono beuere vino, perche aggiungerebbe fuoco a fuoco, et la giouentù non deue beuer vino gagliardo, ma ben temperato.

Conditioni del buon vino.

Il vin buono, deue essere mondo, puro, chiaro, che tiri al rosso, detto cerasolo, che sia di luoghi montuosi, et sassosi, discoperti verso mezzo giorno, sia di ottimo odore, perche il vino odorato, accresce gli spiriti sottili, nutrisce benissimo, et genera ottimo

timo ſangue. Sia al guſto gratiſſimo, perche è preſentaneo rimedio a coloro, che per dolor dello ſtomaco, & del cuore ſi vengono meno: non ſia a modo veruno agro, nè dolce, ma mezzano, che il troppo dolce infiamma, fà opilationi, & riempie la teſta, ma l'acerbo, ò acre nuoce à i nerui, et allo ſtomaco, et genera crudità.

Vini cattiui.

Sono cattiui i vini groſſi, fetidi, torbidi, corrotti, & ingrati al guſto, i quali tutti biſogna fuggirli, perche fanno dolor di teſta, corrompono il ſangue, fan li ſpiriti malenconici, & nuocono a tutto il corpo.

Vini acquoſi.

I vini deboli chiamati acquoſi, et oligofari, non tolerano troppo miſtione di acqua, danno poco nutrimento non riſcaldano manifeſtamēte, & per queſto ſi poſſono dare a i

febri-

febricitanti ſenza pericolo, nõ offen dono la teſta, eſſendo poco fumoſi, et poco vaporoſi, anzi mitigano il dolor di teſta cauſato da humidità, et il dolor dello ſtomaco che procede da ardore.

Vini potenti.

Dalle coſe dunque ſudette ſi può concludere, che i vini potenti non conuengono alla conſeruatione della ſanità, come ſono il magnaguerra, greco, corſo, maluagia, moſcatello, claretto, corteſe, forzato, vin della paglia, et ſimili, maſſime eſsẽdo groſſi, et roſſi, perche nutriſcono troppo, et per queſto ſi vede, che ne i luoghi doue ſono buoni vini, vi ſono gli huomini molto viuaci, come in Gualdo, et altri luoghi ſimili.

Effetti del buon vino moderatamente beuuto.

Il vino moderatamente beuuto, parturiſce

turiſce molti commodi all'animo, et al corpo, percioche quanto all'animo ſi rende più fidele, et più manſueto, l'anima ſi dilata, gli ſpiriti ſi confortano, l'allegrezze ſi moltiplicano, et i diſpiaceri ſi ſcordano, chiarifica l'intelletto, eccita l'ingegno, raffrena l'ira, leua la malenconia, induce allegrezza, viuifica gli ſpiriti; et dona audacia, muta i vitij in virtù, facendo l'huomo di empio pio, di auaro liberale, di ſuperbo humile, di pigro ſollecito, di taciturno facondo, di goffo aſtuto, et conduce la mente humana dalla potenza all'atto. Q ãto poi al corpo, conferiſce alla nutritione, reſiſte alla putredine, aiuta la concottione, la digeſtione, et la generation del ſangue, incide la flemma, fà i membri coloriti, riſolue le ventoſità, prouoca il ſonno, eccita l'appetito, ingraſſa i conualeſcenti, riſtora gli eſtenuati, apre l'opilationi,

con-

concuoce i crudi humori, prouoca il sudore, & l'vrina, apre la via alle superfluità; onde à ragione fù il vino da gl'antichi detto theriaca magna, essendo, che riscalda il cor freddo, & il caldo lo rinfresca, come anco dissecca l'humido, & humetta il secco.

Effetti del vino beuuto immoderatamẽte.

Il vino beuuto fuor di modo, come fanno gli imbriachi, fà effetti cõtrarij, imperoche genera infirmità fredde, come sono apoplessia, paralisia, letargo, mal caduco, spasmo, & tremore, offende la testa, perturba i sensi, snerua la memoria, & fà morti repentine, quanto all'animo poi, il vino fà gl'huomini ignoranti, loquaci, ingiuriosi, forsennati, stupidi, homicidiali, & lussuriosi, corrompe la mente, risolue l'animo, distrugge le potentie animali, & naturali, & se

l'vberiac-

l'vbbriacchezza si frequenta, apporta molte offese al corpo humano.

Rimedi delli nocumenti del vino.

Per fuggire l'offese del vino, non si mangino cose dolci, nè appetitiue, mà cose amare, & constrettiue; onde l'assentio preso innanzi, prohibisce la crapula, & l'vbriachezza; & il medesimo fanno sette amandole amare, ò vn'insalata di fronde di cauli. Il zafferano beuuto con sapa, i grani di mortella, & i cauoli mangiati dopò, la radice dell'iringo parimente presa innanzi, fà il medesimo, come anco il porro, & l'amandole di persichi presene sette auanti al cibo, & cotognate, & altre cose astringenti dopò il cibo.

Del vino nuouo.

Il vin nuouo chiamato mosto, è difficile à digerire, offende il fegato, &

gli inteſtini, gonfia il ventre, per la bollitione, che fà nel corpo, dalla quale naſcono ventoſità, prouoca l'orina, induce diſſenteria, fà ſognare coſe terribili, è di groſſo nutrimento, ma queſto ha di buono, che ſolue il ventre.

Vin vecchio.

Il vin vecchio quãdo paſſa di quattro anni, è caldo, & ſecco nel terzo grado, & ſempre inuecchiando acquiſta più calore. Il migliore è quello, che è odorifero aſſai, potente, ſpiritoſo, che non ſia amaro, nè acetoſo, ma grato a tutti i ſenſi, aiuta la virtù eſpulſiua, riſolue i mali humori, & la ventoſità, è buono per quei, che hanno humori crudi nelle vene, & ne gl'altri vaſi, nuoce a chi l'vſa molto, a i nerui, & al coito, perche diſſecca il ſeme, perturba l'intelletto, offende i pannicoli del ceruello, & impediſce

disce il sonno, onde si deue adoperare per vso di medicine, & non per bere, & pur beuendone se ne beua poco, et molto bene adacquato; nuoce a i gioueni, et a quei, che sono di calda complessione, massime la state, come conferisce l'inuerno a i vecchi, et a i flemmatici.

Vino dolce nuouo.

Il vino dolce nuouo è caldo nel primo grado; et humido temperatamente, è buono l'inuerno per i giouení, per i colerici, et per quei ch'hãno lo stomaco gagliardo, che ha grã forze, di vnire, et confortare li spiriti, prouoca il coito, perche genera molto sperma, ma è inimico è vecchi, et a'flemmatici; quando non è chiaro genera feccioso, oscuro, et va poroso, nuoce allo stomaco, et alle budella, et molte volte fa venire il flusso hepatico, onde si deue aspet-

tare à beuerlo da se, ouero dalle tacchie dell'auellane, che lo fanno venire presto chiarissimo.

Vino dolce maturo.

Questo vino è caldo nel secondo grado, & humido temperatamente. Il migliore è quello, che è di sostanza sottilissima, & alla vista lucidissima, & trasparente; diletta mirabilmente al gusto, nutrisce molto, & gioua al petto, & al polmone, mà oppila gagliardamente il fegato, & la milza, empie la testa, fà sete, & genera la pietra nelle reni, & si conuerte in colera, onde i colerici non lo deuono vsare in modo alcuno, nè quelli c'hãno mal disposte le viscere; à i vecchi l'inuerno è molto conueniente.

Vino brusco.

Il vino brusco agrestino, pontico,

stitico,

ſtitico, & acerbo, ſi cōfondono tra di loro, per la poca differenza, che è tra queſti ſapori: è ben vero, che l'auſtero participa dell'amaro, & il pontico del ſorbigno. I vini, che propriamente ſono bruſchi da gl'altri vini, hanno tanto poco calore, che non arriuano al primo grado, & ſono ſecchi nel ſecondo; ſono buoni per i gran caldi, nella febre diaria, al fegato infiammato, & allo ſtomaco diſſeccato,, rinfreſcano, leuano la ſete, ſanano il fluſſo, ſtagnano il vomito, mà nō biſogna che ſian acetoſi, nè molto auſteri, mà che ſiano mediocremente aſtringenti, ſottili, & poco colorati, e ſon buoni p i gioueni, ch'hāno lo ſtomaco caldo, & per i colerici; & ſono nemici à i flemmatici, & à i vecchi, peroche ſtringono il petto, fanno venire la toſſe, non danno buono nutrimento, nè fanno buono ſangue, & impediſcono il ſudore.

Vino rosso.

Il vino rosso è caldo nel fin del primo grado, del resto è temperato; il buono è quel che è di sostanza sottile, splendido, et chiaro, simile a vn rubino; nutrisce molto bene, genera buono sangue, leua la sincope, et fa piaceuoli i sogni la notte, il grosso graua lo stomacho, nuoce al fegato, et alla milza, facendo opilationi, et tardi si digerisce; il negro dolce è più nutritiuo, et più opilatiuo; i negri austeri, generano humori melanconici: i rossi dolci son pettorali; i rossi assai chiari, et raspanti fanno orinare.

Vino bianco.

Il vino di colore di cedro si chiama bianco, è odorifero, et potente, e caldo nel principio del secondo grado, et secco nel primo. Non vuole esser di più d'vn'anno, perche sarebbe

be

be troppo caldo; sia splendido, et lucido, & fatto d'vue mature, nate nelle colline. Resiste a i veleni, & alla putredine, purga le vene de gli humori corrotti, fa buono colore, accresce le forze, rallegra il cuore, & conforta il caloro naturale, prouoca l'orina, il sudore, fa dormire, gioua alla quartana, alla diaria, & a i conualescenti, conforta lo stomaco, & vsandosi cõuenientemẽte ben tẽperato con l'acqua, cõferisce in ogni tẽpo, ad ogni età, & ad ogni complessione, pur che non sia troppo vecchio & non se ne beua troppo, perche nuoce à chi hà la testa, & gli altri mẽbri deboli.

Raspanti.

I raspanti fatti di vino ottimo, sono molto buoni, perche quella mordicatione gagliarda congionta co'l sapore dolce, ò altro sapore di vino buono, prouoca l'orina, fa digerire il

cibo, risueglia l'appetito, & non lascia ascēder alla testa i fumi del cibo.

Acquati.

Gli acquati sono poco grati allo stomaco, offendono la testa, mà quel che hanno di buono è che presto si rendono per vrina; sono molte le differentie loro, secondo la varietà dell'vue, dalle quali vengono le vinace, che se sarãno dolci la beuanda sarà molto più soaue, & più tosto si renderãno per vrina; mà il contrario sarà se l'vue saranno acerbe, & acide.

Vino artificiale p poueri, & per infermi.

Prendesi di aceto, di mel purgato, cioè schiumato, vua passa, ò zibibo ò vua cotta ana libra ij. tartaro poluerizato ℥. vj. si fãno bollire in acqua alla quantità d'vn barile, fin che sia crepato il zibibo, & l'acqua sarà rossa lasciasi freddare, poi prēdasi vn'altro barile di vino rosso, aggiungendo tant'acqua chiara; quanto basta

à far-

a farlo ſoaue. Poi ſe gli fa la concia, pigliando tre oua, & vn pizziochetto di ſale, ſi sbatta con acqua in vn ſecchio con la ſcopa, finche facci gran ſchiuma, la quale ſubito ſi metta nel barilone, meſcolando ſempre. L'inuerno dura vn meſe e poco più, la ſtate fino à venti giorni.

Vino contra la peſte, per i ricchi.

Prendeſi di radici di tormentilla, di biſtorta, di vincetoſſico, di dittamo bianco, di cinquefoglio, di zedoaria, ana dramme due e meza, ſcordio manip. mezo, bolo arm. or. once meza, ſeme di acetoſa, di coriandri preparati, di baſilicò ana dramme tre, ſeme di cedro mondo dramma vna e meza, frondi di cardo ſanto dramme due, canfora drammme meza, zafferano ſcropolo mezo. L'herbe ſi tagliano, & l'altre coſe ſi peſtano groſſamente, & ligate in tela di lino ſottile, cādida, et monda s'infondo-

fondono in otto libre di buono vin bianco chiaro, et odorifero, per due giorni continui, poi leuato il bottone, et colato il vino, gli si gettino sopra sei oncie di siroppo d'agro di cedro, et si mescoli bene, finche s'incorpori bene il tutto, et si serbi all'vso.

Per i poueri.

Si prenda vn manipulo di radici d'ebulo pesle alquanto, et altrettante frondi di ruta capraria, s'infondano in lib. 8. di vin bianco, per 24. hore, in vn fiasco di vetro ben coperto, et serbisi alll'vso.

Di questi vini si piglia vn buono bicchier la mattina nell'vscire di casa, presa prima vna di q̃ste rotule.

Prendasi di vincetossico, di termentilla, di bistorta, zedoaria, et dittamo bianco, ana scropolo, di bolo armeno, di terra sigillata, ana scrop. vno è mezo, di seme d'acetosa, di coriandri preparati mondi, ana scropo-

li

li duo, ſpetie di elettuario di gemme, dramma meza, con zuccaro quãto baſta, diſſoluto in acqua roſata, et di acetoſa, ſi facci cõfettiõ in rotule.

Quando la mattina l'huomo è leuato di letto, meſſoſi le calze, e'l giuppone, ſtia dritto, et meſſo nel ſcaldaletto pieno di bragia, vi ſi getta ſopra della poluere infraſcritta, et ſi profumi tutta la perſona, poi ſi finiſca di veſtire.

Si fa la poluere di legno ſanto, di ſandali tutti, ana dramma vna, e meza, legno aloe, ſcrop. due, ſtorace, calamita, laudano, belzui, ana dramme due, aloe hepatico, mirra, ana oncie meza, ſcordio dramma vna, e meza.

Vſcendo di caſa ſi porti ſempre in mano vna palla fatta al torno di legno di ſaſſafras, ò ginepro concaua, che ſi poſſa aprire, & che ſia bugiata per tutto con molti buchi, & dentro ſi tenga vn pezzo di ſpogna bagnata,

nel

nell'aceto infrascritto; Prendesi della poluere sopradetta oncia vna, di canfora scropolo mezo, si leghino in pezza rara, & s'infondano in vna libra d'aceto fortissimo, & come non vi è più aceto, vi s'aggiunga dell'altro. Dell'altre cose pertinenti à questo proposito, habbiamo trattato à pieno nel nostro libro della Peste, & nel libro dell'acque, & vini Medicinali, & più à pieno nel nostro Theatro delle piante.

Il fine de i Vini.

VARII MODI DI LVBRICARE il ventre, ne i cibi.

DAl mangiare si radunano molte superfluità ne i corpi nostri, parte delle quali si consumano con l'essercitio, & parte ne resta nel corpo, donde con qualche arte bisogna cauarle fuori. Sono queste superfluità

fluità diuerse, come da diuersi luoghi procedono, & tali sono gli sputi, i mochi del naso, i sudori, l'orine, gli escrementi del ventre, & altre sporcitie del corpo, che se non si cacciano fuori generano molti mali, come opilationi, febri, dolori, & posteme; & per questo cō ogni studio bisogna euacuarle, ò per natura, ò per arte; per natura vsando cibi humidi, & liquidi; per arte, pigliando qualche clistero la state fatto con oglio violato, ò rosato; & l'inuerno con oglio commune, ò d'amandole dolci, ouero facendo vna supposta di butiro, empiendo vna astula di piombo lunga vn palmo, vn dito grossa, empita di botiro, con vn poco di sale, & poi con vn stile spingere il butiro in alto; l'altro modo è; Di sopra si prenda mezza hora auanti al cibo, mezza oncia di fiore di cassia; ouero si prēda vn'oncia e mezza di mel rosato solu-

tiuo;

tiuo: ouero ſiroppo roſato ſolutiuo, tre hore auanti pranſo, vna volta, ò due la ſettimana; ouero ſi prendano quindeci ſebeſtini, e ſi leſſino in qual che brodo, il quale ſi beua quattro hore auanti pranſo, e li ſebeſtini aſperſi di zuccaro, ſi prẽdano nel principio del mangiare, in vece di pruni damaſceni; ouero ſi prenda mezza oncia di rodomanna, fatta di zuccaro, di rugiada, di roſe, di mercuriale, & di cauli, facendone rotule, ò cannelli, pigliandone mezza oncia all'alba; ouero ſi prenda il noſtro elettuario, detto durantino, fatto à foggia di cotognata, con egual parte di manna, & di polpa, pruni damaſceni freſchi, ben cotti, & paſſati per ſetaccio, & con infuſione di ſena, e di polipodio, con aniſi, & cinnamomo, reiterata tre volte, ſi faccia elettuario, & ſe ne pigli mezza oncia, nel principio del pranſo, che è ſoaue al guſto, & ſen-

& ſenza moleſtia muoue il corpo. Si può pigliare ancora de i manuſchriſti, di polipodio, ò di ſena, alla quantità di mezza oncia, poco auanti al cibo, & ſi fà in queſta maniera: Prendonſi di polipodio quercino, mondato con diligentia, once quattro, di zenzero once mezza, di ſeme di finocchio dolce dramme vna; d'aniſi drāme due, d'vua paſſa dolce, once vna, cuocanſi ſecondo l'arte, leggermente ſpremendo; ſi prēda di q̄ſta eſpreſſione libre vna; di zuccaro, once otto; di coralli roſſi preparati, dramme vna e mezza, di perle preparate, ſcrupoli quattro, e ſi faccia confettione in rotule.

A queſto propoſito gioua ancora ſubito auanti pranſo, mangiare mezza oncia di manna Calabreſe, ò beuerla con vn poco di brodo; vale ancora queſto elettuario, fatto in queſta maniera: Si prende di ſucco di roſe

se libre vna, di succo di mercorella, di malua, di cauoli, e di bieta, ana oncie otto, si colano, e poi si cuocano, sospendendo nel mezzo vn bottone, fatto di dramme diece, di mastice fresca, e molle, finche i sughi venghino à spessezza di mele, eleuato il mastice si serue all'vso; la sua dose è da mezza dramma, fino à vna dramma intiera in bolo, ouero (& è cosa regia) si dissolua la manna in acqua di borragine, di modo che l'acqua sia, poi si stilli à bagno caldo, in boccia di vetro, & ne viene vn'acqua purissima, & candidissima, della quale se ne prenda vna oncia fino à due, la sera nel principio della cena, ò la mattina per sei hore auanti pranso.

IL FINE.